# 500 БЛЮД ВКУСНО И ДЕШЕВО

SHOUT
SHARE
IT

- Любовь Поливалина
- ВВЕДЕНИЕ
- Глава 1. ЗАКУСКИ
- ХОЛОДНЫЕ
- ГОРЯЧИЕ
- САЛАТЫ
- БУТЕРБРОДЫ
- Глава 2. ПЕРВЫЕ БЛЮДА
- СУПЫ, БУЛЬОНЫ
- Глава 3. ВТОРЫЕ БЛЮДА
- КАШИ
- БЛЮДА ИЗ МЯСА
- БЛЮДА ИЗ РЫБЫ
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА
- ДЕСЕРТ
- НАПИТКИ
- ЗАКЛЮЧЕНИЕ

# Любовь Поливалина
# 500 блюд вкусно и дешево

# ВВЕДЕНИЕ

Уважаемый читатель! Вы держите в руках книгу, которая называется «500 блюд вкусно и дешево». Мы надеемся, что она станет вашим верным помощником в приготовлении завтраков, обедов и ужинов для всей семьи.

Книга включает в себя подборку из 500 рецептов блюд, приготовление которых не займет много времени и сил и не потребует больших материальных затрат, что так важно для любой современной хозяйки. Думаем, вам будет интересно проверить, все ли незатейливые рецепты есть в вашей домашней кулинарной книге, и стоит ли пополнить ее блюдами, способы, приготовления которых приведены в этом издании. Оно состоит из нескольких глав и разделов, из которых вы сможете почерпнуть много нового и повторить забытое старое.

В первой главе вы прочтете, как приготовить закуски разных видов: холодные, горячие, салаты и бутерброды из разнообразных продуктов. Эти блюда украсят ваши трапезы и помогут разнообразить повседневное меню.

Из рецептов, приведенных во второй главе, вы узнаете, как быстро и с минимальным количеством продуктов приготовить супы, щи, бульоны, борщи и уху. Они обязательно должны присутствовать в нашем рационе, так как являются важным составляющим правильного питания, важнейшего фактора нашего здоровья.

Третью главу, пожалуй, можно разделить на две части: одна посвящена вторым блюдам, а вторая поможет приготовить компоты и кисели, сладкие десерты и испечь такие распространенные и вкусные изделия из теста, как блинчики, ватрушки, пироги, и пиццу, которая в последнее время перестала быть для нас экзотикой и превратилась едва ли не в повседневное лакомство.

Все эти блюда, рецепты которых приведены в данном издании, можно готовить как повседневно, так и на маленькие семейные праздники. Они составят богатый стол, заставленный разными вкусностями, один вид которых способен пробудить аппетит даже у человека, недавно поевшего.

Практически все рецепты, содержащиеся в книге «500 блюд — вкусно и дешево», несложны в приготовлении, и поэтому любое из них сможет приготовить даже тот, кому не приходилось стоять у плиты. Если вы любите экспериментировать, взяв за основу любой из рецептов, сможете приготовить достаточное количество

необычных блюд, которые понравятся любому из членов вашей семьи.

Эта книга станет прекрасным подарком кому-то из ваших близких, особенно если этому человеку не доводилось раньше подолгу находиться на кухне и кулинарной книги в его доме никогда не было. Точное указание количества и качества продуктов, а также подробный способ приготовления конкретного блюда помогут без особого труда приготовить себе и своим домочадцам завтрак, обед или ужин.

Во всех рецептах, содержащихся в книге, мы рекомендуем использовать только свежие и неповрежденные фрукты и овощи.

Это непременное условие приготовления вкусных и аппетитных блюд.

Те, кто только начинает познавать великую кулинарную науку, найдут в этой книге правила сервировки, благодаря которым им не стыдно будет пригласить к себе друзей на званый ужин или какой-нибудь важный праздник. Кстати окажутся и советы по экономному использованию продуктов, а, кроме того, интересные факты, связанные с кулинарией.

Желаем удачи и творческой фантазии в приготовлении блюд, составляющих эту книгу.

# *Глава 1. ЗАКУСКИ*

# ХОЛОДНЫЕ

***БАКЛАЖАНЫ ЖАРЕНЫЕ***

**Требуется:** *300 г баклажанов, 30 г растительного масла, 10 г муки, соль, перец, зелень петрушки и укропа.*

***Способ приготовления.*** *Не очень крупные баклажаны очистите от кожуры, удалите семена и нарежьте кружочками. Посыпьте солью, перцем и дайте постоять Поливали на, чтобы они просолились, и вышла горечь. Обваляйте в муке и зажарьте на сковороде на растительном масле до образования поджаристой корочки. При подаче к столу полейте майонезом и посыпьте зеленью.*

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если засохла горчица, влейте в нее немного уксуса и перемешайте. Разводите горчицу молоком, а не водой. Так она значительно лучше сохраняется и не сохнет. Ее вкус улучшится, если вы добавите туда немного меда.

***БАКЛАЖАНЫ, ЖАРЕННЫЕ С ЯЙЦАМИ***

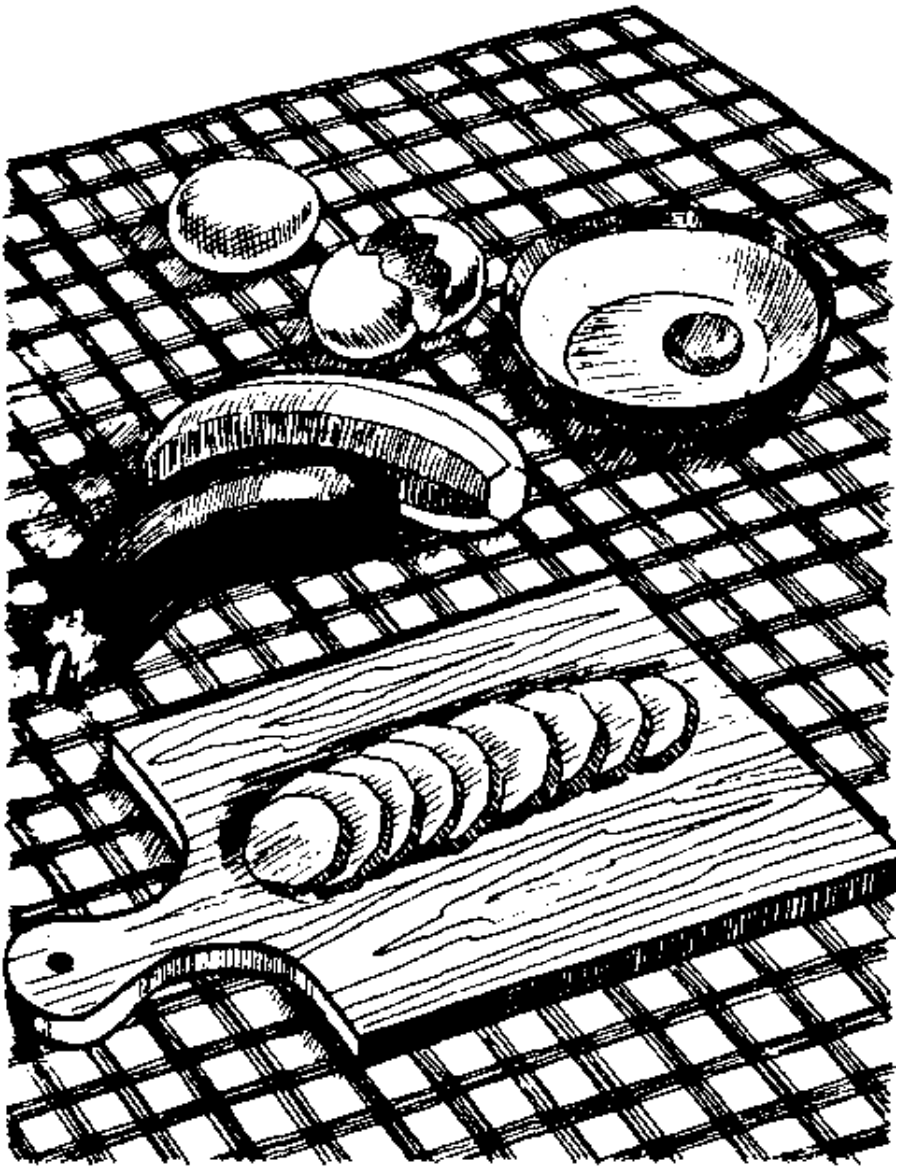
**Требуется:** *400 г баклажанов, 2–3 яйца, 40 г растительного масла, 250 г воды, соль, перец, 50 г молока.*

***Способ приготовления.*** Баклажаны порежьте кружочками, посолите, залейте водой. Яйца взбейте в неглубокой тарелке с солью, перцем и молоком. Баклажаны обмакните в смесь и жарьте на небольшом огне. К *столу* подавайте в холодном виде, посыпав зеленью.

**БАКЛАЖАНЫ, ЖАРЕННЫЕ В СМЕТАНЕ**

**Требуется:** *500 г баклажанов, 200 г сметаны,*
*100 г растительного масла, зелень, специи.*

***Способ приготовления.*** Баклажаны порежьте кружочками посолите, зажарьте на



сковороде в масле до золотистой корочки. Жареные баклажаны уложите в кастрюлю слоями, и каждый слой промажьте сметаной, можете посыпать специями. Поставьте в жаровой шкаф и тушите 15–20 минут. Подавайте в холодном виде. Перед подачей к столу можете украсить зеленью.

***Требуется:*** *50 г пшеничного хлеба, 200 г сыра, 20 г подсолнечного масла.*

***Способ приготовления.*** Хлеб нарежьте тонкими кусочками и поджарьте до золотистого цвета в подсолнечном масле. Сыр натрите на терке, посыпьте им гренки.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Стол к приходу гостей должен быть уже сервирован. Для торжественного случая его накрывают белой, хорошо накрахмаленной скатертью. Чтобы приборы можно было ставить бесшумно, постелите под скатерть мягкую ткань.

***ГРЕНКИ С СЫРОМ И ПОМИДОРАМИ***

***Требуется:*** *100 г батона, 200 г сыра, 2–3 помидора, 20 г растительного масла.*

***Способ приготовления.*** Батон без корки нарежьте тонкими ломтиками и слегка поджарьте в масле. На каждый положите по ломтику сыра и кружочку помидора. К столу подавайте холодными. При желании украсьте зеленью.

***ГРИБЫ В СМЕТАНЕ***

***Требуется:*** *100 г белых грибов, 50 г сметаны, 10 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Свежие белые грибы нарежьте дольками, поджарьте на сковороде с маслом. Залейте сметаной и на 5 минут поставьте в духовку. Перед подачей к столу посыпьте укропом.

***ГРИБЫ В СМЕТАНЕ С ПОМИДОРАМИ***

***Требуется:*** *150 г шампиньонов или белых грибов, 100–150 г помидоров, 100 г сметанного соуса, чеснок, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Свежие шампиньоны или белые грибы нарежьте тонкими ломтиками, посолите и обжарьте на сковороде, добавьте сметанный соус, потушите. Натрите на терке помидоры, добавьте чеснок и перец. Залейте этой смесью грибы и поставьте в прохладное место.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы аромат и вкус перца сохранились как можно дольше, насыпьте его в банку, плотно

закройте ее крышкой и поставьте в холодильник. Чем ниже температура, тем меньше давление паров, тем лучше перец сохраняется.

***ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ***

***Требуется****: 2,5 кг грибов на 3 л воды, 25 г 40 %- ной уксусной эссенции или 35 г 6%-ного уксуса, 1 кг соли, лавровый лист, по 1,5 г перца, гвоздики и корицы.*

***Способ приготовления.*** Воду для маринада доведите до

кипения, положите пряности и прокипятите. После охлаждения добавьте уксус и размешайте. Общее количество маринада, добавляемого в грибы, должно быть не более 12 % к весу грибов.

***ЗАКУСКА ГРИБНАЯ***

***Требуется:*** *по 200 г грибов и лука, 400 г картошки, специи и зелень.*

***Способ приготовления.*** Грибы отварите, затем поджарьте. Картошку порежьте кубиками, а лук кольцами. Смешайте с грибами. Тушите все вместе на медленном огне. При подаче на стол посыпьте зеленью.

***ЗАКУСКА ИЗ ТВОРОГА С ОРЕХАМИ И ЧЕСНОКОМ***

***Требуется:*** *200 г творога, 30 г сливочного масла, 60–90 г грецких орехов, 3–4 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Орехи освободите от скорлупы, измельчите, чеснок разотрите с солью. В творог добавьте сливочное масло, чеснок, орехи, перец. Все хорошо перемешайте и украсьте зеленью. К этой закуске подайте подсушенные в духовке ломтики пшеничного хлеба.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощи храните в прохладном темном месте: при солнечном свете в них разрушается каротин.

***ЗАКУСКА ИЗ ТВОРОГА И СЛАДКОГО ПЕРЦА***

***Требуется:*** *по 250 г творога и сладкого перца, 30–60 г растительного масла, 15 г лимонного сока, петрушка, соль.*

***Способ приготовления.*** Перец мелко нарежьте, потолките в ступке с небольшим количеством соли и растительного масла. Творог размешайте с небольшим количеством растительного масла и лимонного сока до гладкой однородной массы и смешайте с пюре из перца. Посыпьте петрушкой.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Использованные тарелки убирают по одной с правой стороны от гостя. Нельзя складывать их на столе стопками. Чистые тарелки ставят с левой стороны, обслуживают гостя тоже с левой стороны.

***ЗАКУСКА ИЗ ТВОРОГА С ПОМИДОРАМИ***

***Требуется:*** *по 500 г творога и помидоров, соль, черный молотый перец.*

***Способ приготовления.*** Насыпьте в творог соль, перец и

разотрите его в плоской чашке. У помидоров вырежете середину и удалите всю мякоть. Массой из творога заполните помидоры. Выложите на плоское блюдо и каждый помидор украсьте веточкой петрушки.

***ЗАКУСКА ИЗ ТВОРОГА С ПОМИДОРНЫМ СОУСОМ***

***Требуется:*** *1 кг творога, 200 г помидоров, яйцо, 250 г муки, соль, корица.*

***Способ приготовления.*** Творог прокрутите через мясорубку, добавьте яйцо, муку, соль. Все хорошо размешайте. Сделайте небольшие шарики, немножко расплющите их и жарьте на сковороде в растительном масле до золотистого цвета. Помидоры натрите на терке, добавьте в них немного соли, корицы. Шарики из творога выложите на плоское блюдо, и каждый шарик полейте помидорным соусом.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Самую большую порцию шей приготовили во французской деревне Шандон. Для этого пригласили 200 поваров, которым потребовалось 344 кг капусты, тонна картофеля, 300 кг сала и несколько тысяч морковок. Чтобы сварить такое блюдо, понадобились огромные котлы высотой 3 м. Такие щи сварили в честь одного деревенского праздника, и хватило их на 5 тысяч человек. Для жителей этот праздник стал самым запоминающимся.

***ЗАЛИВНОЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ***

***Требуется:*** *1 кг мякоти говядины с небольшой косточкой, лавровый лист, 5–6 горошин перца, по и моркови, зелень, соль, упаковка желатина.*

***Способ приготовления.*** Залейте мясо холодной водой и варите в течение часа. Выньте мясо, бульон процедите, добавьте соль, перец, лавровый лист. Желатин разведите в стакане холодной воды. Морковь отварите. Мясо из бульона остудите и, отделив от косточки, нарежьте небольшими ломтиками. Разложите его в формы для заливного. Репчатый лук и вареную морковь нарежьте кольцами.

Украсьте мясо колечками лука и моркови, посыпьте зеленью, учитывая, что дно *блюда при переворачивании окажется на* поверхности. Желатин введите в теплый бульон и, помешивая, доведите почти до кипения. Залейте готовый бульон в формы. Остудите и поставьте в холодильник. Через 5–6 часов заливное готово. Перед подачей опускайте дно каждой порции в горячую воду, чтобы она легко отделялась.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Хорошим дополнением к овощам служит молоко. Сочетание молока и овощей способствует получению ценной смеси аминокислот.

***ЗАЛИВНОЕ ИЗ РЫБЫ***

***Требуется:*** *1 кг рыбы (судака, хека, лосося, минтая), лавровый лист, зелень, по 2 луковицы и моркови или 1/2 банки (100 г) зеленого горошка, соль.*

***Способ приготовления.*** Рыбу сварите, заправив бульон солью, лавровым листом и луковицей. Желатин разведите в стакане холодной воды. Морковь сварите отдельно. Рыбу выньте из бульона и, остудив, отделите от костей, нарежьте кусками. Разложите ее в приготовленные формы для заливного. Репчатый лук нарежьте кольцами.

Разложите лук, морковь или зеленый горошек, посыпьте зеленью, учитывая, что дно блюда при переворачивании окажется на поверхности. Желатин введите в теплый процеженный бульон и, помешивая, доведите почти до кипения. Залейте готовый бульон в формы. Остудите и поставьте в холодильник.

Через 5–6 часов заливное готово. Перед подачей для легкого отделения опускайте дно формочек в горячую воду.

***ИКРА БАКЛАЖАННАЯ***

***Требуется:*** *4–5 баклажанов, 3–4 головки лука, 4–5 болгарских перцев, 3 морковки, масло растительное, соль, перец.*

***Способ приготовления***. Все овощи очистите от кожуры и порежьте мелкими кубиками. В сковороду налейте масла и сначала потушите немного лук и морковь, затем положите перец и баклажаны, накройте крышкой и оставьте на медленном огне. Тушите 20–30 минут. Подайте икру на тарелке малого размера или в салатнике, посыпав мелко нарезанной зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ При сервировке необходимо помнить, что стол всегда должен быть застелен скатертью, а возле каждого человека следует положить тканевые салфетки.

***ПАШТЕТ ИЗ КУРИНОЙ ПЕЧЕНИ***

***Требуется****: 500 г куриной печени, 50 г сала- шпика, 150 г сливочного масла, по 1/2 моркови и корня петрушки, средняя луковица, лавровый лист, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Печень нарежьте небольшими кусочками. Морковь, лук и петрушку нашинкуйте тонкими ломтиками. Шпик нарежьте кусочками. Все смешайте и

поджарьте до полной готовности, незадолго до окончания жарки добавьте лавровый лист. Лавровый лист удалите, а массу остудите и протрите через сито. В протертую печень насыпьте перец и соль по вкусу и взбивайте лопаточкой, добавляя масло. Паштет охладите.

***ПАШТЕТ ИЗ РЫБЫ***

***Требуется:*** *сельдь, 60 г несоленого сливочного масла, крупное яблоко.*

***Способ приготовления.*** Филе сельди освободите от костей и мелко нарубите, смешайте с маслом и протрите сквозь сито. Полученную массу маленькой лопаткой или ложкой хорошо выбейте. Для вкуса прибавьте мускатный орех. Паштет сложите на селедочный лоток, придайте ему форму рыбки, приложите голову и хвост сельди, вокруг разложите ломтики очищенного яблока и украсьте веточками *петрушки.*

Очень вкусна протертая сельдь с маслом, если в нее добавить натертое яблоко. Ее можете подавать в масленке или положить на ломтики хлеба, поджаренные на масле.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Корнеплоды обязательно мойте щеточкой. Салаты, шпинат и щавель мойте в просторной посуде в холодной воде. Воду, в которой моете овощи, несколько раз меняйте.

***ПАШТЕТ ИЗ СВИНОЙ ПЕЧЕНИ***

***Требуется:*** *500 г свиной печени, по 100 г сала- шпика и сливочного масла, некрупная морковь, корень петрушки, средняя луковица, лавровый лист, несколько горошин душистого перца, соль, перец, мускатный орех.*

***Способ приготовления.*** Печень и шпик нарежьте небольшими кусочками, а очищенные морковь, петрушку и лук — тонкими ломтиками. Все смешайте и поджарьте до полной готовности, добавив лавровый лист и горошины душистого перца. Очень важно не пережарить печень, иначе паштет не получится таким сочным, каким он должен быть.

Сняв с огня, удалите лавровый лист, а массу пропустите через мясорубку 1–2 раза, затем дополнительно протрите через сито. Протертую печень посолите, поперчите, всыпьте натертый мускатный орех и взбейте лопаточкой, постепенно добавляя сливочное масло. Паштет переложите в стеклянную или фарфоровую посуду и охладите.

***ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *500 г болгарского перца, по 100 г репчатого лука и капусты белокочанной, по 50 г сельдерея и масла растительного, 120 г маринада, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Обдайте перец кипятком, чтобы он стал мягче. Остальные овощи нарежьте соломкой или мелкими кубиками, смешайте с небольшим количеством

растительного масла, добавьте мелко нарезанную капусту, соль и тушите. Наполните перцы этим фаршем и положите перцы в один ряд в мелкую посуду, залейте маринадом из овощей с

томатом и тушите в жарочном шкафу 20–30 минут. Подавайте их охлажденными в салатнике или на глубоком блюде, посыпав укропом или зеленью петрушки.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Скатерть необходимо подбирать под цвет сервиза, в котором вы собираетесь подавать еду. Например, если в нем преобладает красный цвет, красная скатерть вам не подойдет. Лучше постелить другую, выдержанную в иной цветовой гамме.

***ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И МЯСОМ***

***Требуется:*** *по 500 г болгарского перца и мяса, по 100 г лука и шпика, 200 г риса, 50 г томата, перец молотый, зелень.*

***Способ приготовления.*** Отберите примерно одинаковые по форме и размерам перцы. Надрежьте верхнюю, широкую часть не до конца, чтобы она оказалась в виде крышечки, удалите стержень, не нарушая целости перца. Положите перцы в кипящую воду на 1–2 минуты, откиньте на дуршлаг.

Для фарша мякоть баранины, свинины или говядины пропустите через мясорубку вместе с репчатым луком, посолите, добавьте молотый перец, рис и все хорошо перемешайте.

Перцы заполните фаршем и уложите их в несколько рядов в глубокий сотейник, дно которого предварительно смажьте ломтиком свиного сала (шпика). Залейте бульоном, закройте крышкой и тушите на слабом огне около часа. После этого залейте сметанным соусом и прокипятите. Подавайте с соусом, при желании посыпьте мелко нарезанной зеленью укропа.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Одно из древнейших пряных растений — мята. Древние римляне связывали с ней следующий миф. Богиня подземного царства Персефона превратила прекрасную нимфу Минт в пряное пахучее растение и преподнесла этот дар Афродите. В отличие от других пряных растений, по большей части известных в основном в Византии, мята быстро распространилась по всем материкам, заняла она свое место и на Руси. Мяту причисляют к пряным растениям, появившимся еще до нашей эры.

***ПЕЧЕНЬ КУРИНАЯ ПОД МАЙОНЕЗОМ***

***Требуется:*** *500 г куриной печени, 75 г растительного масла или растопленного жира курицы, 150 г майонеза, по 60 г муки и сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Печень обдайте кипятком, промойте холодной водой, посолите и быстро обжарьте в масле на хорошо

разогретой сковороде. Одновременно муку поджарьте со сливочным маслом до светло-золотистого оттенка, добавьте ее в майонез и тщательно перемешайте. Влейте соус в печень и проварите 5–7 минут. Готовую печень в соусе посыпьте измельченной зеленью петрушки.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чистите отваренные овощи еще теплыми. Они становятся мягче и приятнее на вкус, если варить их в кипятке, предварительно добавив туда пару кусочков сахара. Крупно нарезанные овощи теряют меньше витаминов.

***ПЕЧЕНЬ ТРЕСКИ ПОЛ МАЙОНЕЗОМ***

***Требуется:*** *250 г печени трески, 60 г растительного масла, 100 г майонеза, по 30 г муки и сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления***. Хорошо разогрейте сковороду с маслом и быстро обжарьте печень. Одновременно муку поджарьте со сливочным маслом до светло-золотистого цвета и введите в майонез, тщательно перемешайте. Добавьте соус в печень и проварите 5 минут. Готовую печень с соусом посыпьте измельченной зеленью укропа.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Чтобы вам было удобнее накрывать стол и не ходить каждый раз за новыми приборами или за напитками, все это поставьте на маленький сервировочный столик, который расположите недалеко от общего стола.

***ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ***

***Требуется:*** *5 помидоров, 100 г риса, перец черный или красный молотый, зелень.*

***Способ приготовления***. Для фарширования подберите помидоры средних размеров. Отрежьте верхушки со стороны плодоножки, отожмите сок и зерна, стараясь не испортить внешний вид, посыпьте солью и перцем.

Для фарша рис промойте 6 раз и отварите до полу готовности, добавьте в него перец, чеснок и разотрите эту массу. Заполните помидоры начинкой из риса, уложите на противни, сбрызните маслом и запеките в жарочном шкафу. При подаче к столу посыпьте кинзой и укропом.

***ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБОЙ***

***Требуется:*** *200 г помидоров, 100 г рыбы консервированной, лимон, 15 г растительного*

*масла, 30 г зеленого салата, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Крупные помидоры разрежьте на четыре части, удалите семена, добавьте растительное масло, соль, перец и маринуйте несколько часов. Перед подачей к столу, наполните каждую четвертинку помидоров консервированной рыбой, сверху положите тонкий ломтик лимона (без кожицы) и посыпьте зеленью. Положите на тарелку или блюдо с листьями салата.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Несмотря на то, что в Италии национальным блюдом считаются спагетти, сами итальянцы — народ достаточно стройный. Как объясняют знаменитые повара, этот факт связан с тем, что в оригинальных итальянских спагетти не содержатся дрожжи, их основу составляют мука высшего сорта и вода. Эти продукты, по мнению исследователей и медиков, не нарушают обмена веществ, в отличие от дрожжей, которые при брожении способны принести много неприятностей организму человека.

***ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТРЕСКОЙ И АНАНАСОМ***

***Требуется:*** *3 помидора, по 50 г ананаса и трески, густой майонез, перец.*

***Способ приготовления.*** Отберите крупные помидоры, удалите из них сок и семена и часть мякоти. Протрите ее через сито и смешайте с мелко нарезанной отваренной треской и ананасом. Заправьте массу солью и перцем, добавьте густой майонез и перемешайте. Подготовленные помидоры наполните фаршем. Поставьте в духовку на 15–20 минут.

***РЕДЬКА СО СМЕТАНОЙ***

***Требуется:*** *200 г редьки, соль, 200 г сметаны или сметаны с майонезом (по 100 г), 30 г зелени или зеленого лука.*

***Способ приготовления.*** Редьку натрите на крупной или мелкой терке, в зависимости от вкуса. Посолите и дайте постоять 10–15 минут, чтобы редька дала сок. Можете нашинковать редьку мелкой соломкой и слегка подсолить. Заправьте ее сметаной и выложите в салатницу горкой. Подайте к столу, предварительно посыпав мелко нарезанной зеленью или зеленым луком.

Закуску из редьки желательно есть сразу, так как при хранении, даже в холодном месте, уже в течение 3–4 часов в ней начинается брожение и появляется неприятный запах. Поэтому порция должна быть точно рассчитана. Можно смешать сметану с майонезом в равной пропорции, в этом случае солите редьку меньше.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощи лучше всего готовить в эмалированной посуде. Не варите разные овощи в одной посуде, от этого они теряют свой вкус и цвет. Овощи, за исключением свеклы и зеленого горошка, варите в подсоленной воде.

***РУБЛЕНЫЕ ЯЙЦА С СЫРОМ***

***Требуется:*** *3–4 яйца, 2–3 зубчика чеснока, по 100 г твердого сыра и майонеза, 30 г свежей зелени.*

***Способ приготовления.*** Яйца сварите вкрутую в чуть подсоленной воде. Чтобы скорлупа легко очищалась, опустите их сразу после варки в холодную воду. Мелко порубите ножом или специальной яйцерезкой. Дольки чеснока натрите на мелкой терке или измельчите в чеснокодавилке. Сыр натрите на мелкой или крупной терке. Все перемешайте и заправьте майонезом. Выложите в салатницу и придайте форму горки. Посыпьте зеленью.

Эту закуску можете подать с сыром, нарезанным ломтиками, разложив их вокруг на блюде, или положите вокруг закуски сладкую консервированную кукурузу (100 г, или 1/2 банки).

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Если вы приглашали гостей «на чай», подавайте, естественно, только чай. К нему предлагают различные бутерброды. Можете приготовить к чаю лимон, ром или бальзам. Уместно предложить к чаю и варенье.

***РЫБА, МАРИНОВАННАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ***

***Требуется:*** *1 кг свежей рыбы, головка репчатого лука, корень петрушки, черный перец горошком, лавровый лист, соль.*

***Для маринада:*** *по 250 г воды и столового уксуса, 2 луковицы, лавровый лист, 2 гвоздики, 4 болгарских перца, корица, сахар, соль.*

***Способ приготовления.*** Подготовленную рыбу натрите солью, разрежьте на кусочки шириной 4–5 см, положите в воду и варите со специями и ароматическими кореньями. Сваренные кусочки рыбы выложите в стеклянную или фарфоровую посуду и залейте холодным маринадом.

Для маринада вскипятите воду с уксусом и специями, положите лук, нашинкованный толстыми кольцами, и еще раз вскипятите. Рыбу, залитую маринадом, поставьте на 5–6 часов в холодное место. Подайте, украсив, свежей зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Длина скатерти должна быть средней — чуть-чуть не доставать до сиденья стула. Если она

будет короче, стол приобретет не очень аккуратный вид, а если длиннее, будет неудобно вашим гостям.

***СТУДЕНЬ ГОВЯЖИЙ***

***Требуется:*** *2 кг говяжьих лодыжек или костей с небольшим количеством мяса, лавровый лист, перец горошком (5–6 горошин), черный молотый перец, луковица, сухая зелень, 4–5 зубчиков чеснока, соль.*

***Способ приготовления.*** Мясо залейте небольшим количеством воды и варите 3–6 часов. В бульон добавьте луковицу, лавровый лист, перец, соль и зелень. Готовое мясо должно легко отделяться от костей.

Бульон и мясо остудите. Отделите от костей мясо, порежьте на мелкие кусочки или пропустите через мясорубку вместе с хрящами и жилками. Выложите фарш в формы для холодца или глубокие тарелки, добавьте мелко нарезанный или натертый на терке чеснок, посыпьте перцем и залейте оставшимся бульоном, предварительно немного его подогрев. Остудите и поставьте в холодильник. Через 8—10 часов студень готов. Подайте его на стол с хреном или помидорной заправкой.

***СТУДЕНЬ РЫБНЫЙ***

***Требуется:*** *1 кг головизны (3–4 головы осетровых или других рыб), морковь, петрушка, головка репчатого лука, 2 лавровых листа, черный перец горошком, 10 г желатина.*

***Способ приготовления.*** Рыбные головы разрубите каждую на четыре части. Морковь и петрушку надрежьте пополам, лук — звездочкой в верхней части. Сложите овощи в кастрюлю вместе с головизной, залейте холодной водой и доведите до кипения. Удалите пену, посолите и добавьте специи.

Варите 1,5 часа на медленном огне, после чего выньте головы из бульона, отделите мякоть, удалите кости и лук, а хрящи варите до полного размягчения. Желатин замочите в теплой воде, опустите в процеженный бульон и прокипятите. Мякоть, хрящи и овощи, удалив предварительно специи, измельчите и сложите в бульон. Доведите до кипения, но не кипятите. Все перелейте в глубокое блюдо и поставьте на холод. Подайте студень к столу с хреном и уксусом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы максимально сохранить *ценные* питательные вещества, готовьте овощные блюда непосредственно перед подачей их к

столу, так как при повторном подогревании эти вещества распадаются.

### *ХОЛОДЕЦ КУРИНЫЙ*

***Требуется:*** *2 кг курицы, 100 г моркови, болгарский красный перец, 120 г нарезанной зелени, лавровый лист, соль, 30 г желатина.*

***Способ приготовления.*** Разделайте курицу и залейте водой так, чтобы она слегка прикрывала мясо. Порежьте морковь и перец. Курицу поставьте на огонь и доведите до кипения. Как только вода закипит, добавьте морковь, перец, лавровый лист и, посолив, убавьте огонь и варите до готовности. Слейте бульон. Отделите мясо от костей, выложите его вместе с перцем и морковью в формы, насыпьте нарезанную зелень. Приготовленную массу залейте бульоном с разбухшим желатином и поставьте в холодильник.

### *ХОЛОДЕЦ СВИНОЙ С ГРИБАМИ*

***Требуется:*** *500 г свиных ножек, 1,5 кг свиного мяса, головка чеснока, 70 г моркови, 60 г петрушки, 600 г соленых грибов, соль.*

***Способ приготовления.*** Опалите ножки, разрубите на небольшие части и залейте на 3–4 часа водой. Затем помойте и порежьте свинину на маленькие кусочки и сварите в небольшом количестве воды, посолите. Морковь, чеснок и грибы мелко порежьте. Положите рубленые ножки в кастрюлю и, залив водой, поварите их 7–8 часов, не забывая снимать с поверхности бульона пену. За час до окончания варки положите в бульон морковь и чеснок. Вынув ножки из бульона, срежьте имеющееся на них мясо.

Остудите бульон. В специальные формы выложите вареное мясо, грибы, посыпьте зеленью и залейте бульоном. Формы поставьте в холодильник и дайте холодцу застыть.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

При расстановке посуды на столе имейте в виду, что приборы должны стоять на таком расстоянии друг от друга, чтобы руки сидящих могли свободно двигаться.

### *ЯЗЫК ЗАЛИВНОЙ*

***Требуется:*** *1 кг языка, 20–25 г желатина (на 2,5–3 стакана желе), корень петрушки, луковица, 5–6 яиц, 2–3 свежих огурца, корнишоны, зелень петрушки, соль.*

***Способ приготовления.*** Свежий язык отварите вместе с корнем петрушки и луковицей и положите на несколько минут в холодную воду, чтобы легче было удалить с него кожицу.

Очистите его и положите в отвар, в котором он варился. Охладите. Нарежьте язык тонкими кусками, уложите их на блюдо так, чтобы вокруг каждого оставалось место для желе, и украсьте ломтиками сваренного вкрутую яйца, свежего огурца, корнишонов, листиками зелени петрушки.

Из бульона, оставшегося от варки языка, приготовьте 3–4 стакана прозрачного желе. Предварительно с бульона снимите жир. Ломтики яйца, зелени на кусках языка закрепите охлажденным желе, поливая им язык с ложки. Когда желе застынет, куски языка в 2–3 приема залейте ровным слоем остального желе.

***ЯЙЦА ПОЛ МАЙОНЕЗОМ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ***

***Требуется:*** *3 яйца, 50 г лука репчатого, 30 г майонеза, 5 г горчицы, зелень.*

***Способ приготовления.*** Яйца сварите вкрутую, разрежьте вдоль пополам и из каждой половины выньте желток. Спассеруйте мелко порезанный лук, добавьте в него майонез, горчицу, соль и все тщательно смешайте. Этой массой наполните пустые дольки яиц. Вокруг яиц положите протертый через сито желток. Украсьте кольцами лука, зеленью и полейте остатками майонеза.

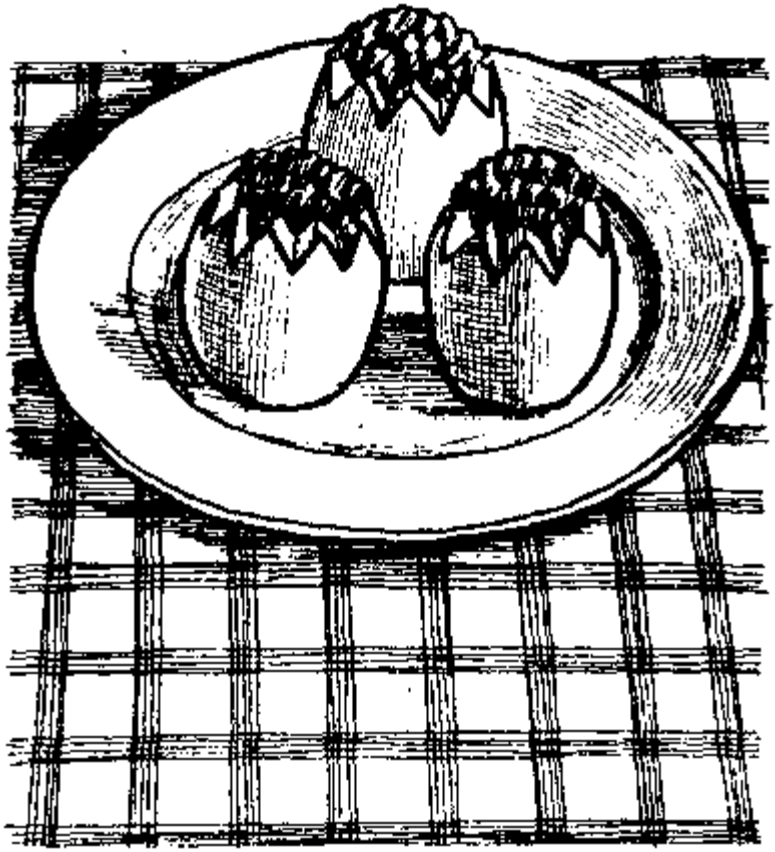
ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы хотите сохранить вкусовые и питательные качества свежезамороженных овощей, опустите их в кипящую воду, не размораживая.

***ЯЙЦА ПОЛ МАЙОНЕЗОМ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЬЮ***

***Требуется:*** *2 яйца, луковица, 30 г майонеза, чеснок, зелень петрушки, укропа, сельдерея.*

***Способ приготовления.*** Яйца сварите вкрутую, очистите, разрежьте на две половинки. Из каждой половинки выньте желток и смешайте его с растертым чесноком, майонезом и зеленью. Заполните яйца приготовленной смесью. Выложите их на плоское блюдо, украсьте зеленью петрушки, укропа, сельдерея.



***ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ МАЙОНЕЗОМ И ЧЕСНОКОМ***

***Требуется на** 5 яиц: 1 ст. л. майонеза, 3–4 зубчика чеснока.*

***Способ приготовления.*** Сварите яйца вкрутую, охладите и очистите от скорлупы, разрежьте их пополам в продольном направлении. Выньте из них желток, разотрите чеснок и смешайте все с майонезом. Заправьте яйца этой начинкой и посыпьте красным перцем. Перед подачей к столу украсьте яйца зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Сейчас становится все более модным приглашать друзей и близких «на коктейль». К такому приему готовят несколько сортов коктейлей. К ним подают маленькие бутерброды, сырные палочки, соленые орешки и печенье.

***ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ МАЙОНЕЗОМ, ЧЕСНОКОМ И ГОРЧИЦЕЙ***

***Требуется:** 3 яйца, 30 г майонеза, 2–3 зубчика чеснока, 20 г*

*горчицы, 50 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Сваренные вкрутую яйца разрежьте поперек пополам, выньте желтки, разотрите их со сливочным маслом, добавьте тертый чеснок и все перемешайте. В полученную массу постепенно примешайте майонез, разотрите до образования пышной массы, посолите и поперчите. У половинок белков срежьте со дна округлую часть, чтобы придать им устойчивость.

Плоское блюдо застелите листьями зеленого салата, на них поставьте половинки белков, заполненные начинкой так, чтобы получилась форма целого яйца, посыпьте мелко нарезанной зеленью или полосками красного перца, помидоров.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощи для салата нарезайте непосредственно перед его приготовлением.

***ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБОЙ***

***Требуется:*** *4 яйца, 100 г судака, 60 г майонеза, зелень.*

***Способ приготовления.*** Яйца отварите вкрутую и освободите от скорлупы. Разрежьте на две половинки, выньте желток. Рыбу отварите, извлеките из нее косточки, пропустите через мясорубку, смешайте с майонезом, добавьте чеснок и все хорошо перемешайте. Заполните этой массой пустые белки, выложите половинки яиц на противень и поставьте на 5—10 минут в духовку.

# ГОРЯЧИЕ

***БАКЛАЖАНЫ, ЖАРЕННЫЕ С ПОМИДОРАМИ И ЧЕСНОКОМ***

***Требуется:*** *300 г баклажанов, 2 помидора, 50 г растительного масла, 100 г сметаны или майонеза, 3–5 зубчиков чеснока, соль.*

***Способ приготовления.*** Баклажаны залейте кипятком, подержите минут 5, снимите кожицу, нарежьте ломтиками, обжарьте. Одновременно обдайте кипятком помидоры, нарежьте их ломтиками и обжарьте. Аккуратно переложите баклажаны и помидоры вместе и немного потушите. Чеснок пропустите через пресс, смешайте со сметаной, солью, выложите соус на баклажаны с помидорами и еще немного потушите, чтобы овощи пропитались соусом.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Американские ученые установили, что витамин Е, который содержится в растительных маслах, семенах арахиса, гороха и кукурузы, в салате и шпинате, а также в животной печени и молоке, имеет большое значение в процессах обмена жиров в организме. Если человек не получает нужной дозы этого витамина, у него может развиться дистрофия мускулатуры, а также нарушится половая деятельность.

***БАКЛАЖАНЫ, ТУШЕННЫЕ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *4 баклажана, 60 г муки, 500 г сметаны, 100 г масла, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Баклажаны нарежьте ломтиками, положите в горячую подсоленную воду на 5 минут, затем откиньте на сито или дуршлаг, дайте стечь, обваляйте в муке и обжарьте. Грибы проварите 5—10 минут, также откиньте на дуршлаг, дайте стечь, слегка обжарьте. Баклажаны и грибы смешайте, посолите, залейте сметаной и тушите 30–40 минут. Перед подачей к столу посыпьте зеленью.

***ГРИБЫ В СМЕТАНЕ***

***Требуется:*** *1 кг свежих грибов (белых, подберезовиков, подосиновиков или шампиньонов), 250 г сметаны, 60 г муки, 100 г сливочного или растительного масла, соль, 50 г сыра.*

***Способ приготовления.*** Грибы нарежьте ломтиками, посолите и, помешивая, обжарьте на масле. Перед окончанием жарки добавьте в них муку, перемешайте, залейте сметаной, посолите и доведите до кипения. Зелень промойте, обсушите и

мелко нарубите. Перед подачей посыпьте рубленой зеленью.

Грибы в сметане можете запечь в духовом шкафу. Посыпьте их тертым сыром и подержите 5–7 минут в духовом шкафу для запекания, на поверхности должна появиться румяная корочка.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Позеленевшие клубни картофеля варите только очищенными. Если при варке старого картофеля выступают темные пятна, добавьте в воду одинаковое количество уксуса и соли. Картофель сварится быстрее, если вы положите в воду ложку маргарина.

***ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *100 г грибов, 2–3 болгарских перца, 50 г майонеза, 1 кг помидоров, уксус, листья салата, зелень, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Грибы не очень мелко порубите и отварите в соленой воде. Запеките в духовом шкафу сладкий перец, затем измельчите. Смешайте охлажденные грибы и перец, посолите и заправьте майонезом. Отберите спелые и крепкие помидоры, срежьте верхушку и осторожно удалите часть мякоти. Сложите их в керамическую посуду, посолите, посыпьте перцем, сбрызните уксусом и поставьте на час в прохладное место, затем слейте сок и заполните помидоры фаршем из грибов и сладкого перца. Аккуратно выложите их на блюдо, украшенное зелеными листиками салата, веточками петрушки или сельдерея.

# САЛАТЫ

***ВИНЕГРЕТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ГРИБОВ***

***Требуется:*** *300 г картофеля, 200 г соленых грибов, 100 г свеклы, 50 г зеленого горошка, 120 г сметаны, зелень укропа и чеснока, соль.*

***Способ приготовления.*** Сварите картофель и свеклу, порежьте их на кубики и смешайте в блюде с порезанными солеными грибами. Добавьте зеленый горошек, посолите, приправьте салат сметаной. Порубите зелень, добавьте в салат и тщательно перемешайте.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Сервировка стола начинается с тарелок. Они должны располагаться на расстоянии 1–2 см от края столешницы, напротив каждого стула.

***ВИНЕГРЕТ РЫБНЫЙ***

***Требуется****: 500 г рыбного филе, по 100 г зеленого горошка и маргарина, 200 г картофеля, 50 г моркови, 90 г растительного масла, листья салата, базилик.*

***Способ приготовления.*** Порежьте филе рыбы на маленькие кусочки и обжарьте их в маргарине. Доведя рыбу до готовности, выложите ее на блюдо. Морковь протрите на мелкой терке, добавьте в рыбу. Туда же положите зеленый горошек и порезанный на кубики вареный картофель. Полученную массу залейте растительным маслом, хорошо перемешайте и посыпьте рубленой зеленью.

***САЛАТ ВЕСЕННИЙ (ЗЕЛЕНЫЙ)***

***Требуется:*** *по 200 г огурцов и помидоров, очищенное подсолнечное масло, зелень петрушки, укропа и лука, листья салата, соль.*

***Способ приготовления.*** Мелко порежьте помидоры и огурцы, посолите, добавьте в них зелень, полейте подсолнечным маслом и перемешайте.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Если вы пригласили своих гостей на вечер «а-ля фуршет», вам необходимо знать, что закусок должно быть очень много: двадцать или даже тридцать. Иногда подают и горячие блюда.

***САЛАТ ВИТАМИННЫЙ***

***Требуется:*** *по 50 г свеклы и моркови, по 100 г капусты и яблок (белый налив), 10 г сахара, 90 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Натрите на средней терке свеклу и морковь и посыпьте их сахаром. Мелко порежьте капусту, яблоки порежьте на маленькие кубики, добавьте к капусте и хорошо перемешайте. Приготовленные свеклу с морковью смешайте с капустой и яблоками, все перемешайте, полейте сметаной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы зерна гороха иди фасоли быстрее сварились, во время варки несколько раз влейте в кастрюлю по полстакана холодной воды.

### *САЛАТ ГРИБНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ*

***Требуется:*** *по 200 г цветной капусты и шампиньонов, 250 г несладкого йогурта, луковица, 2 зубчика чеснока, 2 яйца, листья салата, зелень, соль, сливочное масло.*

***Способ приготовления.*** Цветную капусту разберите на соцветия и отварите в подсоленной воде 10 минут. Откиньте на дуршлаг, дайте стечь воде и мелко нарежьте. Грибы отварите, нарежьте и обжарьте вместе с луком на сливочном масле, остудите и смешайте с капустой. Всю эту массу выложите на тщательно промытые листья салата и залейте соусом. Для соуса чеснок выдавите в йогурт и перемешайте. Украсьте зеленью и измельченным вареным яйцом.

### *САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА*

***Требуется:*** *500 г картофеля, по 200 г зеленого горошка и маргарина, кубик куриного бульона, соль, зелень укропа и петрушки, 100 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Почистите картофель, разрежьте вдоль на несколько частей и пожарьте в маргарине. Чтобы придать ему особенный вкус, посыпьте картофель размельченным бульонным кубиком. Готовый картофель выложите в блюдо, добавьте зеленый горошек, посолите, заправьте сметаной. Перемешайте, посыпьте мелко порезанной зеленью.

### *САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И КАЛЬМАРОВ*

***Требуется:*** *300 г картофеля, 200 г мяса кальмара, 150 г молока, 2 яйца, соль, лист салата, укроп.*

***Способ приготовления.*** Сварите мясо кальмара, яйца. Порежьте их и выложите в одно блюдо. Картофель мелко нарежьте и потушите в молоке, положите к кальмару, посолите, перемешайте и посыпьте порезанной зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Справа от тарелки следует положить столовую ложку донышком вниз. Немного дальше должны располагаться ножи для второго блюда и, если требуется, для рыбы.

***САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ***

***Требуется:*** *300 г картофеля, 100 г огурцов, зелень петрушки, укропа, листья салата, зеленый чеснок, 200 г сливочного маргарина, 90 г майонеза, соль.*

***Способ приготовления.*** Очищенный картофель порежьте маленькими кубиками и поджарьте в маргарине. В готовый картофель добавьте нарезанный огурец, посолите и, посыпав зеленью, полейте майонезом и перемешайте.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Самая большая пицца в мире была приготовлена в Италии. Для этого пригласили 21 повара. Пицца получилась обшей площадью 41 м. На ее выпечку потребовалось 213 кг теста, 50 кг грибов, 30 кг сыра, 20 кг томата, 80 кг мяса и другие ингредиенты. Этой пиццей смогли угоститься более 7 тысяч человек. Для приготовления такой пиццы пришлось делать специальную печь, которую возвели прямо в центре города. За процессом приготовления следили большинство жителей города.

***САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ***

***Требуется:*** *по 200 г квашеной капусты и моркови, соль, 50 г 10 %-ной уксусной эссенции, пакетик приправы для корейской моркови, растительное масло.*

***Способ приготовления.*** Натрите на крупной терке морковь, залейте ее маринадом и оставьте на 2 часа. Для маринада на каждые 0,5 л кипяченой воды добавьте 1 ч. л. соли и 2 ст. л. уксуса и все перемешайте. Квашёную капусту отожмите. Слейте маринад из моркови, добавьте к ней капусту и приправу для корейской моркови. Все тщательно перемешайте и заправьте растительным маслом.

***САЛАТ ИЗ КОЛЬРАБИ***

***Требуется:*** *250 г капусты кольраби, 100 г моркови, чеснок, соль, перец, майонез, зелень.*

***Способ приготовления.*** Капусту кольраби натрите на крупной терке, отожмите и слейте образовавшийся сок. Морковь натрите на мелкой терке, чеснок порежьте. Все это добавьте к капусте и тщательно перемешайте. Заправьте майонезом,

посолите, поперчите и поставьте на полчаса в холодильник. При подаче к столу украсьте зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы зеленый горошек при варке сохранил свой цвет, добавьте в кастрюлю немного сахара.

***САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ***

***Требуется:*** *250 г краснокочанной капусты, 4 помидора, некрупное некислое яблоко, сахар, соль, петрушка, зелень, майонез.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте краснокочанную капусту соломкой, засыпьте солью, сахаром и протрите руками до появления сока. Оставьте примерно на полчаса, затем весь сок слейте. Нарежьте помидоры, яблоко и петрушку, добавьте в капусту и тщательно перемешайте. Выложите в салатницу, заправьте майонезом и украсьте зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Рюмки и стаканы при сервировке стола а-ля фуршет должны находиться на краю стола справа.

***САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ХРЕНОМ***

***Требуется:*** *500 г моркови, маленький корень хрена, 150 г помидоров, зелень укропа, базилик, соль, 75 г майонеза, 30 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Натрите корень хрена и морковь на мелкой терке. Порежьте на кубики помидоры, смешайте с морковью и хреном, посолите, заправьте сметаной, смешанной с майонезом, и тщательно перемешайте полученную массу. Выложите в салатницу, посыпьте зеленью укропа и базилика.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Знаете ли вы, что мед имеет очень много полезных свойств? Его потребление помогает вылечить некоторые заболевания, особенно хорош липовый мед от бессонницы. Для этого перед сном нужно разогреть 1 ст. л. меда и растворить его в молоке. Если проделывать эту процедуру в течение недели, о бессоннице забудете.

***САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ЯИЦ***

***Требование****: 1/2 кг помидоров, 5 яиц, 150–200 г рыбных консервов, 150–200 г майонеза, 50 г сливочного масла, зелень, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Верхушки помидоров срежьте.

Чайной ложечкой аккуратно выньте мякоть из них и положите ее отдельно. Яйца отварите и охладите, очистите и мелко нарежьте, смешайте с мякотью помидоров.

Рыбные консервы разомните и заправьте майонезом. Перемешайте с яйцами и мякотью помидоров. Посолите, поперчите и положите зелень. Перемешайте. Чайной ложечкой положите аккуратно в каждый помидор смесь так, чтобы он был набит ею полностью.

Каждый помидор с начинкой украсьте масляным цветком. Чтобы сделать его, вам понадобится слегка нагреть масло — до консистенции густой сметаны, положить в кондитерский шприц и выдавить оттуда небольшой цветочек на каждый помидор. Разложите помидоры на тарелке. Подавайте блюдо холодным.

***САЛАТ ИЗ РЕДИСА СО СПАССЕРОВАННЫМ ЛУКОМ***

***Требуется:*** *по 2 яйца и луковицы, по 100 г редиса и сливочного маргарина, зелень петрушки и укропа, соль, 90 г майонеза.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте редис тонкими ломтиками. Сварите яйца вкрутую, порежьте их, добавьте в редис. Очищенный лук мелко порежьте и спассеруйте в маргарине, выложите к редису, посолите и залейте майонезом. Полученную массу перемешайте, посыпьте зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы хотите сохранить огурцы свежими несколько дней, держите их на 3/4 в воде, хвостиками вниз. Воду меняйте ежедневно. Их не следует хранить вместе с яблоками.

***САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯЙЦОМ В СМЕТАНЕ***

***Требуется:*** *300 г свежего редиса, 2 яйца, 100 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Свежий редис мелко порежьте. Отварите 2 яйца и протрите их сквозь мелкую терку или просто порежьте. Сложите ингредиенты в салатницу и заправьте сметаной. Для придания салату приятного аромата посыпьте его зеленью (петрушкой, сельдереем и т. д.), после чего сразу подавайте к столу.

***САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ***

***Требуется:*** *по 200 г свежих помидоров и огурцов, подсолнечное масло, соль по вкусу.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте овощи, добавьте соль и заправьте все растительным маслом. Перемешайте салат и украсьте его несколькими веточками зелени, например, сельдереем или укропом, и подавайте к столу. Такой салат

незаменим в качестве гарнира к блюдам из мяса.

***САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ***

***Требуется:*** *1/2 кг соленой сельди, 2 свеклы, 300 г картофеля, 4 яйца, 150–180 г майонеза, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Сельдь разделайте и отделите от костей, нарежьте маленькими кусочками. Свеклу и картофель отварите и остудите, нарежьте их мелкими кубиками и смешайте с рыбой. Яйца отварите, очистите и мелко порубите. Добавьте к рыбе и овощам. Посолите и заправьте майонезом. Тщательно перемешайте. Залейте салат слоем майонеза. Поставьте на несколько часов в холодильник для охлаждения и пропитки. Украсьте веточками зелени. Подавайте салат холодным.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Слева от тарелки кладется вилка зубчиками вверх. Она может понадобиться для второго блюда и для рыбы.

***САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ХРЕНОМ***

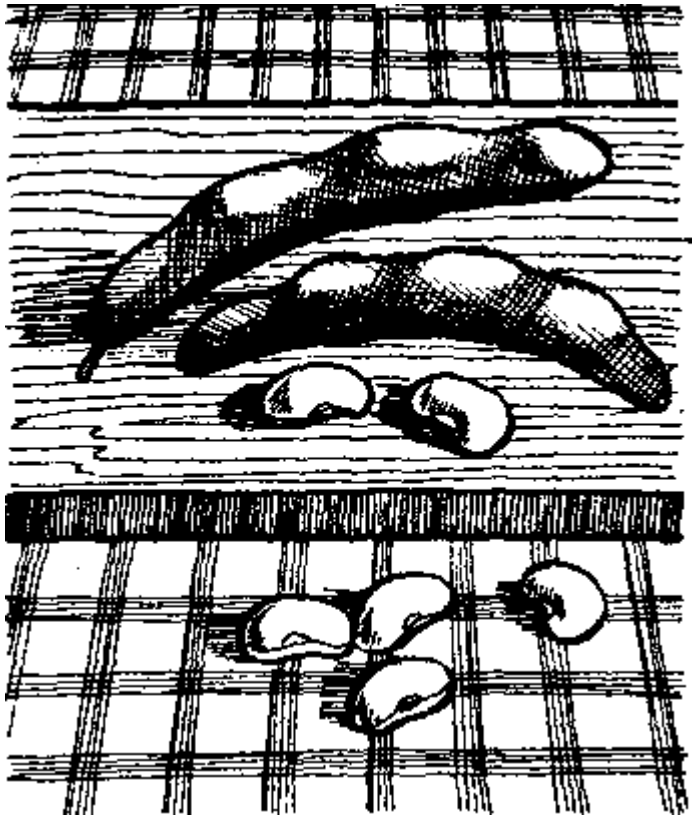
***Требуется:*** *200 г хрена, 5 соленых огурцов, 200–300 г картофеля, 2 моркови, 150 г майонеза, зелень, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Хрен очистите и натрите на мелкой терке. Морковь и картофель отварите и остудите, картофель нарежьте мелкими кубиками, морковь натрите на крупной терке. Огурцы нарежьте мелкими кусочками и перемешайте с отварными овощами и хреном. Поперчите, посолите и тщательно перемешайте. Заправьте майонезом и еще раз перемешайте. Украсьте веточками зелени. Салат подавайте к столу как самостоятельное блюдо или как холодную закуску.

***САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ***

***Требуется:*** *200 г фасоли, 2 небольших соленых огурца, некислое яблоко, луковица, 250 г густой сметаны, яйцо, 30 г горчицы, 10 г красного перца, зелень петрушки и укропа, соль.*

***Способ приготовления.*** Фасоль промойте и сварите в подсоленной воде. Если фасоль крупная, слегка порежьте ее. Нарезанный кубиками соленый огурец добавьте к фасоли. Сварите яйцо, мелко порубите его. Яблоко натрите на крупной терке, лук порежьте и добавьте к фасоли и огурцу. Посыпьте зеленью петрушки и укропа, положите горчицу,



соль, красный перец. Все заправьте сметаной и хорошо перемешайте.

Лучше всего подавать к шашлыкам.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для сохранения помидоров как можно дольше положите их в эмалированную кастрюлю без крышки и поставьте в холодильник.

***САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ***

***Требуется:*** *по 200 г цветной капусты и картофеля, 150 г помидоров, 2 небольшие луковицы, майонез, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Головки цветной капусты промойте и отварите примерно 10 минут в подсоленной воде, некрупно нарежьте. Картофель сварите в «мундире», остудите, очистите и нарежьте кубиками, смешайте с цветной капустой. Нарежьте помидоры и лук, добавьте к цветной капусте и картофелю. Все заправьте майонезом, посолите, посыпьте зеленью.

***САЛАТ ИЗ ШПИНАТА И СВЕЖИХ ОГУРЦОВ***

**Требуется:** 300 г листьев шпината, 1 /2 кг свежих огурцов,

яичный желток, 75 г сметаны или растительного масла, зелень лука и петрушки, перец, соль.

***Способ приготовления.*** Листья шпината тщательно промойте и просушите, обмакнув полотенцем, нарежьте некрупно. Огурцы очистите от кожуры и нарежьте мелкими кубиками. Зелень нарежьте и положите вместе с огурцами и шпинатом в глубокую емкость. Сметану (растительное масло) тщательно разотрите с желтком и солью. Добавьте перец. Заправьте полученной массой салат.

Поставьте его для охлаждения на несколько минут в холодильник, затем подавайте. Салат можете украсить веточками зелени или колечками огурца.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Самый большой завтрак в истории человечества был организован на севере Нидерландов в городке Стейнвейк. В свое время о таком необычном мероприятии было заявлено агентством «Франс Пресс», где сообщалось, что за столом длиной 2 км было размещено более 6 тысяч человек. За этот завтрак было съедено 22 тысячи булочек и выпито свыше 2 тысяч литров кофе.

***САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ***

***Требуется:*** *200 г картофеля, 2 соленых огурца, 100 г консервированного зеленого горошка, 150 г квашеной капусты, головка репчатого лука, 5—6 ст. л. майонеза, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Картофель отварите в «мундире», остудите и очистите, нарежьте маленькими кубиками. Соленые огурцы натрите на крупной терке. В глубокую емкость положите зеленый горошек, квашеную капусту и нарезанные картофель и огурцы.

Лук мелко нарежьте. Поперчите. Посолите. Перемешайте. При солении не забудьте, что квашеная капуста и огурцы уже соленые, поэтому не переусердствуйте. Добавьте майонез и еще раз перемешайте.

К столу салат подавайте в охлажденном виде, украсив, по желанию, веточками зелени или зеленым горошком.

***САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЧЕСНОКОМ***

***Требуется:*** *3 моркови, 1–2 зубчика чеснока, 60 г сметаны, 30–50 г майонеза, 150 г грецких орехов или арахиса, соль.*

***Способ приготовления.*** Морковь натрите на мелкой терке. Чеснок измельчите и положите в натертую морковь. Орехи измельчите и обжарьте на слабом огне. Моркови с чесноком дайте постоять, чтобы они успели пустить сок. Затем добавьте в

них 1/4 стакана грецких орехов. Майонез и сметану перемешайте и заправьте салат. Посолите по вкусу. Вместо орехов можете положить измельченные крошки сухарей.

Когда салат будет готов, выложите его в салатницу так, чтобы получилась горка. Разровняйте ложкой поверхность и равномерно засыпьте салат орехами. Поставьте блюдо на несколько минут в холодильник для охлаждения. Кроме орехов, салат можете украсить веточкой молодой петрушки или укропа.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Режьте помидоры только острым ножом, тогда вытечет меньше сока. Лопнувший помидор не испортится, если трещинку густо посыпать солью.

***САЛАТ ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ***

***Требуется:*** *300 г фасоли, 2 картофелины, 100 г помидоров, луковица, 30 г томатной пасты, 90 г майонеза, зелень укропа, соль, 50 г маргарина.*

***Способ приготовления.*** Замочите фасоль на ночь, а утром поварите ее в небольшом количестве воды, пока она не разварится. Порежьте на маленькие кубики очищенный вареный картофель, лук спассеруйте в маргарине. Нарежьте помидоры. Все смешайте и посолите, добавьте зелень, положите майонез с томатной пастой и еще раз перемешайте.

***САЛАТ РЫБНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ***

***Требуется:*** *по 300 г рыбных консервов и капусты, 3 соленых огурца, по 2 яйца и моркови, 3–4 картофелины, 200 г майонеза, зелень, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Рыбные консервы измельчите, огурцы нарежьте мелкими кубиками, вареные яйца мелко порубите. Морковь и картофель отварите и нарежьте кубиками. Свежую капусту порубите и перемешайте с солью. Дайте ей немного постоять. Затем перемешайте ее с остальными составными салата. Поперчите и заправьте майонезом. Подержите салат некоторое время в холодильнике для охлаждения и пропитки. Украсьте зеленью.

Салат можно подавать и как закуску, и как самостоятельное блюдо.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Нож, вилка и ложечка для десерта размешаются вверху, перед тарелками. Ближе к тарелке — вилка, ручкой влево, выше — нож, ручкой вправо, еще выше — ложечка, ручкой вправо.

***САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С ЧЕСНОКОМ***

***Требуется:*** *1–2 свеклы, по 2 зубчика чеснока и луковицы, 100 г изюма, 120 г орехов, 90 г растительного масла, 120 г майонеза, зелень, перец.*

***Способ приготовления.*** Свеклу отварите, очистите и натрите на мелкой терке. Лук нарежьте мелко или прокрутите через мясорубку. Перемешайте со свеклой. На раскаленную сковороду налейте масло и обжарьте массу. Остудите. Изюм положите в горячую воду для набухания. Орехи обжарьте на сковороде и истолките. Смешайте набухший изюм и орехи с остывшей свеклой. Чеснок измельчите и добавьте в свеклу. Заправьте салат майонезом и поперчите.

Выложите его в салатницу и украсьте зеленью, крупными кусочками ореха или изюмом.

***САЛАТ СЛОЕНЫЙ***

***Требуется:*** *по 2 яйца, соленых огурца, картофелины, моркови, 200 г квашеной капусты, свекла, 100 г майонеза, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Яйца отварите и мелко нарежьте. Огурцы и картофель нарежьте кубиками. Свеклу и морковь сварите, натрите на терке. Выкладывайте салат слоями: на дно положите слой картофеля, затем морковь, далее квашеную капусту. Слегка полейте майонезом. Положите слои свеклы и яиц. Снова полейте майонезом. Повторите слои. При этом каждые два слоя перчите и подсаливайте.

Когда салат будет готов, украсьте его веточками зелени или фигурками из отварных овощей. Поставьте на несколько часов в холодильник для пропитки. Но не стоит оставлять его там на слишком долгое время, так как он может отойти водой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы помидоры не заплесневели в открытой банке, посыпьте их солью и залейте тонким слоем растительного масла.

***ФИЛЕ ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *300 г филе соленой сельди, 3 головки лука, свекла, 100 г растительного масла, зелень, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Сельдь и лук мелко нарежьте. Свеклу отварите и натрите на терке.

На раскаленную сковороду влейте 2 ст. л. масла и обжарьте на нем лук и свеклу. Остудите. Смешайте хорошенько с сельдью. Положите соль и перец по вкусу и заправьте оставшимся маслом. Посыпьте зеленью и еще раз перемешайте. Поставьте в

холодильник на пару часов.

Перед подачей к столу выложите в салатницу и украсьте веточками зелени.

***ФИЛЕ ИЗ ТРЕСКИ С ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *250 г консервированной трески, 2–3 яйца, 2 моркови, 200–300 г картофеля, 3 головки лука, по 100 г консервированной кукурузы и майонеза, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Треску мелко нарежьте. Яйца отварите вкрутую и порубите. Отварите морковь и картофель в «мундире», почистите и нарежьте мелкими кубиками. Лук нашинкуйте. Все овощи смешайте с рыбой и кукурузой и посолите. Заправьте майонезом и еще раз перемешайте. Выложите готовое блюдо в салатницу и украсьте зеленью. Поставьте его на некоторое время в холодильник для пропитки.

Можете подавать не только в качестве закуски, но и как самостоятельное блюдо. При желании украсьте зернами кукурузы.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Парижане — утонченные люди не только в сфере, которая касается моды, но и в еде. Во Франции считается: чтобы стать поваром, нужно сначала научиться печь омлет. На первый взгляд, это дело кажется легким, но если учесть специфику его приготовления, становится понятно, почему во Франции есть такое правило. Настоящий французский омлет должен быть слегка подрумяненный сверху, с тонкой хрустящей корочкой, а внутри должен оставаться светлым и воздушным. Только такой омлет признается стоящим внимания.

# БУТЕРБРОДЫ

***БУТЕРБРОДЫ ВЕГЕТАРИАНСКИЕ, С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ***

***Требуется:*** *1/2 буханки нарезного хлеба, 3–4 крупных помидора, 2–3 огурца, редис, майонез.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте хлеб круглыми ломтиками и поджарьте на масле. Положите на кусочек хлеба полукруглый ломтик помидора и такой же ломтик свежего огурца. Середину кружка украсьте майонезом и кружочком редиски.

***БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ***

***Требуется:*** *1/2 батона (или пеклеванного хлеба), 250–300 г сыра, по 100 г сливочного масла и томатной пасты, салат.*

***Способ приготовления.*** Поджарьте ломтики хлеба, положите на каждый лист зеленого салата и тонкий ломтик сыра. В середину положите немного масла, смешанного с томатной пастой. Масло засыпьте тертым сыром. Хлеб, салат и сыр можете нарезать в форме звездочек.

***БУТЕРБРОДЫ С ЖАРЕНОЙ ВЕТЧИНОЙ***

***Требуется:*** *450 г пшеничного или пеклеванного хлеба, 500 г ветчины, 150 г сливочного масла, горчица, зелень.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте ветчину ломтиками, смажьте с одной стороны горчицей, обжарьте на сковороде с маслом. Одновременно нарежьте тонкими ломтиками хлеб и обжарьте его. Разложите ломтики ветчины на хлеб, посыпьте ветчину рубленой зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Баклажаны выбирайте продолговатой формы и фиолетовой окраски, они более вкусные. Икру готовьте лучше из печеных плодов, она будет намного вкуснее. Не пропускайте баклажаны через мясорубку: от металла готовая икра приобретает неприятный вкус.

***БУТЕРБРОДЫ С ВЕТЧИНОЙ И САЛАТОМ***

***Требуется:*** *200 г ветчины, 300 г батона «Особый», по 2–3 помидора и редиса, листья салата, 150 г майонеза, зелень.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте хлеб, ветчину, помидоры тонкими ломтиками. На хлеб положите лист салата, ломтик ветчины, круглый ломтик помидора. В середину добавьте

немного майонеза, накройте его круглым ломтиком редиса, посыпьте зеленью.

***БУТЕРБРОДЫ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *400 г шампиньонов, батон ржаного хлеба, средняя луковица, по 100 г майонеза и растительного или сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Хлеб разрежьте коржами, каждый корж — на 4 части. Шампиньоны порежьте ломтиками, проварите в соленой воде 5 минут и обжарьте на хорошо разогретой сковороде с маслом до готовности. Очищенный лук нарежьте кольцами и обжарьте в масле до готовности. Выложите слоями на коржи хлеба лук, шампиньоны, майонез и уложите их на противень друг на друга. Сверху и с боков намажьте получившийся «торт» майонезом и поставьте в духовой шкаф на 5–7 минут.

Перед подачей к столу посыпьте рубленой зеленью.

***БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ, СО ШПРОТАМИ***

***Требуется:*** *батон, 200 г шпрот, 100 г томатного соуса, зелень.*

***Способ приготовления***. С черствого батона пшеничного хлеба срежьте корку и нарежьте батон ломтиками толщиной примерно 1 см. Положите на каждый ломтик шпроты (в зависимости от величины, по 1 или 2 штуки). Смажьте томатным соусом и поставьте на 10 минут в духовой шкаф. Выложите гренки на блюдо, украсьте зеленью.

Подавайте в горячем виде.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы хотите сократить время варки свеклы, дайте ей покипеть час, затем снимите с огня и подержите под струей холодной воды 10 минут. Если корнеплоды крупные, поставьте ее на огонь еще на 15–20 минут, после чего снова охладите — свекла быстро сварится и легко очистится.

***БУТЕРБРОДЫ СО ШПРОТАМИ И ЛИМОНОМ***

**Требуется:** 100 г пеклеванного хлеба, 200 г шпрот, 50 г сливочного масла, 1/2 лимона.

***Способ приготовления.*** Нарежьте хлеб тонкими ломтиками и обжарьте на масле. Положите на каждый ломтик шпроты. Сбрызните лимонным соком.

# *Глава 2. ПЕРВЫЕ БЛЮДА*

***БОРЩ КРАПИВНЫЙ***

***Требуется:*** *по 100 г крапивы и щавеля, по 15 г риса и моркови, по 10 г маргарина столового, сметаны, томат-пюре, лука репчатого, 5 яиц, 150 г картофеля, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Крапиву припустите и протрите в пюре, положите в кипящую подсоленную воду или бульон, снова нагрейте до кипения, добавьте щавель листиками. Картофель порежьте кубиками. Рис, спассерованные коренья, репчатый лук, лавровый лист, перец, томат-пюре соедините с картофелем. Отварите яйца, нарежьте кубиками и положите в кипящий бульон. Варите яйца в бульоне не больше 3 минут. Поперчите.

При подаче к столу добавьте сметану.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Перед тарелкой слева ставят тарелочку для масла, на нее кладут специальный нож. Все приборы должны находиться примерно на расстоянии 1 см друг от друга.

***БОРЩ ЛЕТНИЙ (С БОТВОЙ СВЕКЛЫ)***

***Требуется:*** *120 г свежей свекольной ботвы, 100 г картофеля, 30 г моркови, 10 г петрушки, 20 г лука-порея или репчатого, по 50 г кабачков и помидоров или томат-пасты, 100 г маргарина столового, 25 г сметаны, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Коренья и лук нарежьте ломтиками, черешки свеклы — кусочками размером 3–4 см и все вместе спассеруйте с жиром. Промытые листья свекольной ботвы разрежьте на части. Кабачки и картофель нарежьте ломтиками. В кипящую воду, овощной отвар или мясной бульон положите спассерованные овощи, доведите до кипения, добавьте листья свекольной ботвы, нарезанный картофель и варите 20–25 минут. За 10 минут до окончания готовки положите нарезанные кабачки, натертые помидоры, соль и специи (лавровый лист, перец). Можете заправить борщ уксусом.

Подавайте со сметаной и зеленью.

***БОРЩ С БОТВОЙ СВЕКЛЫ И ЯЙЦАМИ***

***Требуется:*** *200 г листьев свеклы, 100 г картофеля, 25 г моркови, 5 г петрушки, по 15 г зеленого и репчатого лука, 3 яйца, по 10 г томат-пюре и сметаны, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** В кипящий подсоленный бульон или

воду положите картофель, нарезанный дольками, доведите до кипения, добавьте нарезанную соломкой морковь, лук кольцами, нарезанные листья свеклы и крупно нарезанные вареные яйца. За 10–20 минут до окончания варки бросьте петрушку и перец.

Перед подачей борщ заправьте сметаной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Овощи для салата охлаждайте. Ни в коем случае не соединяйте теплые продукты с холодными, от этого салат быстро испортится. Растительное масло подливайте в салат только после того, как вы его посолили, добавили уксус и перец. Соль в масле не растворяется.

***БОРЩ РУССКИЙ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *500 г свеклы, 150 г сметаны, 100 г сушеных грибов, головка лука, петрушка, сельдерей, уксус, сахар, соль, перец, сметана, зелень.*

***Способ приготовления.*** Сварите самый обыкновенный грибной бульон с петрушкой, сельдереем и репчатым луком, процедите. Сварите свеклу, очистите, нарежьте соломкой, сбрызните уксусом и залейте горячим грибным бульоном. Положите в борщ соль и сахар, после чего добавьте нарезанные мелкой соломкой грибы, лавровый лист, несколько горошин перца. Поставьте кастрюлю на огонь и доведите до кипения, не забудьте за пять минут до конца варки заправить борщ сметаной.

Подавайте, посыпав зеленью. В качестве гарнира к русскому борщу с грибами отлично подойдет разварная гречневая каша.

***БОРЩ РЫБНЫЙ***

***Требуется:*** *по 500 г свеклы и рыбы, 100 г сметаны, несколько головок лука, сельдерей, петрушка, мука, растительное масло (для обжарки рыбы), соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Для борща лучше всего подходят хамса, килька или салака. Перед приготовлением промойте их в проточной воде, удалите головы и внутренности. Если рыба, из которой вы собираетесь готовить борщ, соленая, ее обязательно надо вымачивать в течение 1–2 часов. Рыбу запанируйте в муке и обжарьте в растительном масле на маленьком огне, чтобы она сохранила свою форму.

Отварите свеклу, порежьте ее мелкой соломкой и добавьте

все остальные ингредиенты. Затем выложите рыбу в кастрюлю, посолите и поперчите борщ, поставьте на огонь и доведите до кипения, добавив за пять минут до окончания варки в него сметану.

Подавайте к столу непременно горячим.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Недавно в Лондоне открылся новый ресторан, и чтобы привлечь внимание жителей к нему, владельцы дали необычное объявление в газеты: «В день открытия ресторана всех посетителей с «рыбными» фамилиями обслужат бесплатно». К их удивлению, посетителей, которые захотели пообедать бесплатно, оказалось немного. Всего пришли 65 человек. Среди них были мистер Сом и мисс Селедка.

***БОРЩ С ПАМПУШКАМИ***

***Требуется**: 500 г свеклы, сметана (для заправки), несколько головок лука, 200 г муки, 150 г гречневой крупы, яйцо, соль по вкусу.*

***Способ приготовления.*** Лучшие пампушки получаются из гречневой крупы. Сварите из нее кашу и смешайте ее со спассерованным луком. Из муки, воды, соли и яиц замесите тесто и, тонко раскатав его на столе, вырежете ромбы, на которые выложите начинку и аккуратно заделайте края с помощью ножа. После этого сварите пампушки. Разделывать тесто лучше руками, обсыпанными мукой, чтобы оно не прилипало к ним.

Отварите свеклу, очистите и нарежьте мелкой соломкой, положите в кастрюлю для борща, сложите туда остальные продукты, в том числе и пампушки, и доведите до кипения. Обычно на это требуется около 15 минут.

Заправьте борщ сметаной либо за 5 минут до конца варки, либо уже в тарелках, но тогда вкус борща будет не таким оригинальным.

***БОРЩ С УШКАМИ***

***Требуется:** по 300 г говядины и свежей или квашеной капусты, головка репчатого лука, морковь, 60 г томатной пасты, 100 г сметаны, 30 г муки, 3 зубчика чеснока, по 2 корня петрушки и сельдерея, лавровый лист, 15 г сахара, соль, 10 г уксуса, 200 г муки, 2 яйца, перец, сметана.*

***Способ приготовления.*** Из муки и яиц замесите тесто. В кипящий бульон положите нарезанную говядину. Лук, морковь, сельдерей и петрушку обжарьте на сливочном масле. Свеклу очистите, порежьте соломкой и тушите с уксусом и томатом.

Мелко порежьте капусту и варите в бульоне 15 минут, добавьте тушеные овощи и варите до готовности. Затем ложкой порциями погрузите в бульон тесто и варите до готовности. За 15 минут до конца варки положите толченый чеснок, соль, сахар, перец и лавровый лист.

При подаче к столу заправьте сметаной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если у вас под рукой не оказалось майонеза для салата, замените его сметаной с растертым желтком круто сваренного яйца и добавьте 1 ч. л. горчицы.

***БОРЩ С ФАСОЛЬЮ***

***Требуется:*** *по 300 г фасоли и капусты, 2 свеклы, 4 картофелины, 50 г сметаны, по 10 г сахара и уксуса, укроп, соль, 250 г говядины, головка репчатого лука, яйцо, зелень укропа, 100 г щавеля, сметана.*

***Способ приготовления,*** барите фасоль в кипящей воде примерно 30 минут, затем положите нарезанную говядину и нашинкованную капусту. Картофель мелко нарежьте и положите в борщ, нашинкуйте свеклу, добавьте лук, уксус, соль по вкусу и варите до готовности. За 5 минут до окончания варки положите щавель. Отдельно сварите вкрутую яйцо.

Когда будете подавать к столу, в тарелку положите 1/4 яйца, налейте борщ, добавьте зелень укропа и сметану.

***БОРЩ УКРАИНСКИЙ***

***Требуется:*** *500 г свежей капусты, морковь, 2 свеклы, 300 г свинины, пучок петрушки, луковица, 25 г томатной пасты, 50 г сливочного масла, лавровый лист, соль, перец, 2 картофелины.*

***Способ приготовления.*** Положите в кипящий мясной бульон нашинкованную капусту и свеклу, нарежьте соломкой морковь и петрушку, лук, нарезанный кольцами, обжарьте с томатной пастой и сливочным маслом. Картофель тоже мелко порежьте и положите в кипящий борщ. Добавьте туда же поджаренные коренья и варите 30 минут. За 10 минут до готовности посолите и добавьте лавровый лист и перец.

Перед подачей положите в тарелку кусок мяса, налейте борщ и полейте сметаной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если под рукой не оказалось уксуса, замените его соком квашеных овощей.

***БОРЩ ФЛОТСКИЙ***

***Требуется:*** *по 500 г тушенки и капусты, 2 свеклы, 1 морковь, корень петрушки, головка репчатого лука, 50 г маргарина, 25 г томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, зелень, 4 картофелины.*

***Способ приготовления.*** В кипящий бульон с тушенкой положите капусту, нашинкованную соломкой, и свеклу. Следом положите картофель. Петрушку и морковь нарежьте соломкой, а лук — полукольцами и все это обжарьте с томатной пастой и маргарином. Дайте бульону покипеть минут 5, введите туда поджарку и варите 25 минут. За 10 минут до готовности положите соль, перец и лавровый лист.

При подаче добавьте в борщ сметану и посыпьте зеленью.

***БОРЩ ЩАВЕЛЕВЫЙ***

***Требуется:*** *2 свеклы, 4 картофелины, 300 г щавеля, морковь, корень петрушки, головка репчатого лука, по 50 г зеленого лука и сметаны, 100 г шпината, 60 г маргарина, 15 г сахара, 2 сваренных вкрутую яйца, 7 г уксуса, зелень укропа, соль, уксус.*

***Способ приготовления.*** Спассеруйте нарезанные мелкими кусочками коренья с луком. За 3 минуты до окончания поджаривания добавьте зеленый лук. Клубни свеклы очистите, разрежьте на 4 части и сварите. Когда свекла будет готова, выньте ее, в свекольный отвар положите нарезанный ломтиками средней крупности картофель, листья щавеля и шпината, разрезанные на 3 части, и лавровый лист. Посолите и поперчите бульон. Варите 20 минут. Отдельно сварите яйцо.

За 10 минут до конца варки положите щавель, шпинат, сахар и уксус. В готовый борщ покрошите яйцо.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Около тарелочки для масла ставят фужер для воды, справа от него — рюмку для красного крепленого вина, за ней — рюмку для белого сухого вина.

***СВЕКОЛЬНИК***

***Требуется:*** *500 г свеклы, 50 г фасоли, морковь, корень петрушки, головка репчатого лука, по 100 г щавеля и шпината, 50 г муки, 3 крутых яйца, 10 г сахара, соль, по 120 г соленого сала и сметаны, зелень.*

***Способ приготовления.*** Отдельно отварите до готовности фасоль. В кипящий мясной бульон положите нашинкованные свеклу, морковь, лук, петрушку и варите до готовности на медленном огне. Хорошо промойте шпинат и щавель, ошпарьте кипятком и мелко порежьте. За пять минут до конца варки борща

положите в него фасоль, шпинат, щавель, размешайте муку, заправьте сахаром и солью. Соленое сало нарежьте мелкими кусочками.

Готовый борщ подавайте, положив в тарелки сало и мелко порубленное яйцо. Заправьте сметаной и посыпьте мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

***ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ***

***Требуется:*** *4 картофелины, 250 г шпината, 200 г щавеля, по корню петрушки и сельдерея, головка репчатого лука, 30 г муки, 50 г маргарина, 2 вареных яйца, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, 2 л мясного бульона.*

***Способ приготовления.*** Картофель мелко порежьте. Шпинат варите до мягкости, потом протрите через сито. Щавель ошпарьте кипятком и протрите. Обжарьте коренья с мукой, луком и маргарином. Мясной бульон доведите до кипения и положите туда картофель, шпинат, щавель, пережарку и варите 20 минут. За пять минут до готовности введите в щи соль, лавровый лист и перец по вкусу.

Когда будете подавать щи, положите в тарелку 1/2 вареного яйца и заправьте сметаной, посыпьте рубленой зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Нарезайте овощи в салат ровно и тонко. Ломтики должны буквально просвечивать. В этом

случае они хорошо пропитываются заправкой.

***ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ***

**Требуется:** 500 г говядины, 400 г кислой капусты, морковь, корень петрушки, головка репчатого лука, 50 г маргарина, 25 г томатной пасты, 4 картофелины, соль, 7 г сахара, перец, лавровый лист, зелень.

***Способ приготовления.*** Сварите из говядины бульон. В кипящий мясной бульон положите нарезанный картофель. Морковь, петрушку и лук обжарьте с маргарином и томатной пастой. После закипания бульона с картофелем добавьте туда пережарку и нашинкованную кислую капусту, и варите 30 минут. За 10 минут до готовности добавьте в щи соль, сахар, перец и лавровый лист по вкусу.

При подаче положите в тарелку кусок мяса и заправьте щи сметаной, посыпьте зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

На фуршетном столе должно находиться достаточное

количество закусочных и десертных тарелок. Закусочные тарелки ставятся стопками по 6—10 штук, а десертные — по 3–4, они располагаются правее, ближе к рюмкам и стаканам.

***ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ***

***Требуется:*** *по 500 г морской капусты и костей, 4 картофелины, головка репчатого лука, морковь, корень петрушки, 50 г маргарина, 2 сваренных вкрутую яйца, 25 г муки, соль, лавровый лист, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Отварите из костей бульон. Капусту на 2–3 минуты опустите в кипящую воду, потом откиньте ее на дуршлаг и дайте стечь воде, затем мелко порежьте. Потушите эту массу с маргарином 15 минут. Петрушку, морковь и лук мелко нарежьте и обжарьте с маргарином и мукой. Доведите бульон до кипения и положите в него нарезанный картофель, варите до полуготовности. Добавьте тушеную капусту, поджарку и варите еще 20 минут. За 5 минут до готовности добавьте в щи соль, по вкусу перец и лавровый лист.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Перемешивайте салат осторожными движениями снизу вверх, старайтесь не поломать тонких ломтиков. Лучше делайте это деревянной веселкой.

***ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ***

***Требуется:*** *по 500 г говядины и свежей капусты, морковь, корень петрушки, луковица, 60 г маргарина, 25 г томатной пасты, соль, 7 г сахара, перец, лавровый лист, 50 г сметаны, зелень.*

***Способ приготовления.*** Отварите из говядины бульон. Капусту мелко нашинкуйте и положите ее в кипящий бульон. Петрушку, лук и морковь обжарьте с маргарином и томатной пастой. Когда бульон с капустой закипит, добавьте туда поджарку и варите 30 минут. За 10 минут до готовности щи посолите и подсластите, добавьте перец и лавровый лист.

При подаче в тарелку положите кусок отваренного мяса и заправьте сметаной. Посыпьте зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Все закуски для фуршетного стола должны быть мелкими, чтобы их было удобно брать вилкой. Кроме того, в них не должно быть костей (это касается блюд из рыбы, мяса, птицы, фруктов).

***ЩИ КРАПИВНЫЕ***

***Требуется:*** *по 500 г костей и крапивы, 4 картофелины,*

*морковь, корень петрушки, луковица, 60 г маргарина, 2 яйца, соль, 30 г муки, лавровый лист, перец, зелень, 50 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Свежую молодую крапиву опустите на 2 минуты в кипяток, потом откиньте на сито, дайте стечь и мелко нарежьте. Потушите с маргарином 15 минут. Лук, петрушку и морковь тоже обжарьте в маргарине. Из костей отварите бульон. Картофель нарежьте и положите в кипящий бульон, варите до полуготовности. Добавьте заранее протертую крапиву, поджарку и варите все это 20 минут. За 10 минут до готовности положите в щи соль, по вкусу лавровый лист и перец.

Подавайте щи к столу, заправив их сметаной и посыпав зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

За рюмкой, предназначенной для белого сухого вина, должен находиться бокал для шампанского и рюмочки для крепких напитков. Если какого-то напитка не предусматривается, фужер или рюмку ставить не нужно.

***ЩИ МОСКОВСКИЕ***

***Требуется:*** *120 г говядины, 90 г ветчины, 150 г костей, 300 г капусты, морковь, корень петрушки, луковица, 50 г томатной пасты, по 25 г муки и уксуса, по 100 г маргарина и сметаны, соль, лавровый лист, перец, зелень, 2 картофелины.*

***Способ приготовления.*** Сварите из говядины и костей бульон. Морковь, петрушку и лук нашинкуйте и обжарьте на медленном огне с маргарином, мукой и томатной пастой. Нарежьте картофель и положите его в кипящий бульон, когда он сварится до полуготовности, добавьте туда поджарку и варите 20 минут. За 10 минут до готовности положите соль, лавровый лист и перец.

При подаче положите в тарелку по куску вареной ветчины и говядины, заправьте сметаной и зеленью.

***ЩИ ПО-КИЕВСКИ***

***Требуется:*** *150 г костей, по 300 г копченого гуся и свежей или квашеной капусты, луковица, морковь, 50 г томатной пасты, 25 г муки, 100 г сметаны, 3 зубчика чеснока, корень петрушки, 5 картофелин, соль, перец, лавровый лист, зелень.*

***Способ приготовления.*** Сварите из костей бульон. Гуся мелко порежьте и положите в кипящий бульон вместе с мелко нарезанным картофелем. Нашинкуйте капусту и положите ее в бульон. Лук, морковь, петрушку обжарьте с мукой, томатной пастой и маргарином. Добавьте в кипящий бульон с капустой

поджарку и варите до готовности. За 10 минут до окончания варки заправьте щи солью, толченым чесноком, перцем и лаврушкой.

При подаче к столу положите в щи сметану и зелень.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы узнать, качественно ли мясо, надавите на него пальцем. Если образующаяся ямка быстро выравнивается— значит, мясо свежее.

***ЩИ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *400 г капусты, 40 г сухих грибов, 25 г муки, 100 г растительного масла, 2 луковицы, морковь, корень петрушки, лавровый лист, соль, перец, 50 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Грибы залейте холодной водой, положите луковицу и варите до мягкости. Петрушку, морковь и лук обжарьте в масле, затем добавьте мелко нарезанную капусту, подлейте немного грибного бульона и тушите капусту до мягкости. Положите все это в кипящий бульон и варите 20 минут. Заправьте щи обжаренной в масле мукой. За 10 минут до готовности добавьте соль, перец и немного лаврового листа.

При подаче заправьте сметаной.

***ЩИ СУТОЧНЫЕ***

***Требуется:*** *по 200 г мяса и ветчинных костей, 500 г квашеной капусты, луковица, морковь, по 50 г томатной пасты и муки, 25 г маргарина, 100 г сметаны, зелень, 4 картофелины, перец, лавровый лист, соль.*

***Способ приготовления.*** Квашеную капусту потушите 1–2 часа с костями, маргарином и томатной пастой. Добавьте в капусту спассерованные овощи и продолжайте тушение еще 10–15 минут. Сварите из мяса бульон. Положите в кипящий бульон тушеную смесь, заправьте спассерованной мукой и варите до готовности. За 10 минут до окончания варки добавьте в щи соль, перец и лавровый лист. Щи можно готовить с головизной, снетками, грибами.

При подаче заправьте сметаной и зеленью.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Известно ли вам, что помидор является одним из самых распространенных овощей в мире, плюс ко всему он имеет древнее происхождение? Родиной растения считают гористую местность Перу и Эквадор. Еще древние ацтеки употребляли его в своих блюдах. Зато в Западной Европе его считали простым

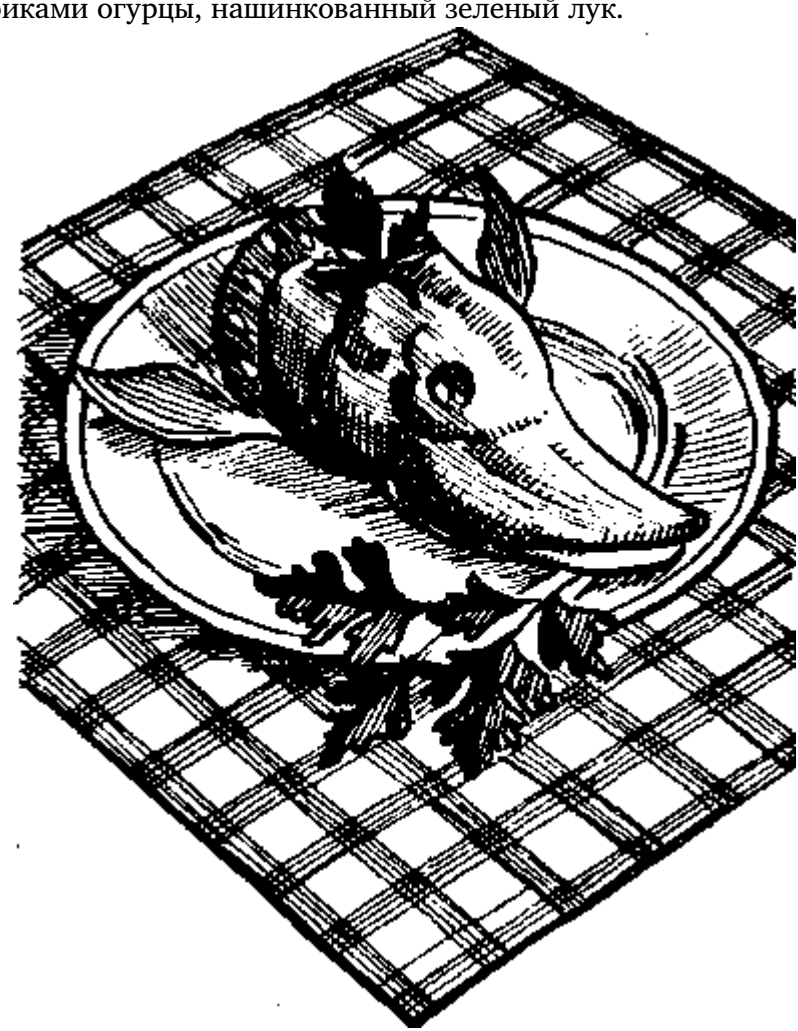
декоративным растением и только спустя много столетий стали есть. Помидор до сих пор сохраняет свою актуальность. Его можно есть и самостоятельно, и в сочетании с другими продуктами, он же считается отличной приправой.

# СУПЫ, БУЛЬОНЫ

***БОТВИНЬЯ***

***Требуется:*** *300 г рыбы (белуги, осетра, судака), 1 л кваса, по 200 г шпината и щавеля, 2 свежих огурца, 70 г зеленого лука, 50 г хрена, 7 г сахара, соль.*

***Способ приготовления.*** Рыбу отварите в кипящей подсоленной воде, отделите филе. Шпинат и щавель переберите и промойте. Шпинат сварите в кипящей воде, а щавель отдельно тушите в закрытой кастрюле. После варки шпинат и щавель протрите через сито. Получившееся пюре положите в кастрюлю, добавьте сахар, соль и разведите квасом. Положите нарезанные кубиками огурцы, нашинкованный зеленый лук.



Перед подачей к столу в тарелку положите натертый на мелкой терке хрен и кусочки вареной рыбы без костей. Подается суп в холодном виде. В ботвинью вместо шпината можно ввести молодую крапиву.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Перед завариванием киселя разведите крахмал четырехкратным количеством холодной воды или фруктового отвара, затем сразу влейте его в кипящий сироп и быстро размешайте.

***БУЛЬОН ВЕСЕННИЙ***

***Требуется:*** *2 л воды, 50 г растительного масла, по пучку петрушки, сельдерея и зеленого лука, 300 г щавеля, морковь, 2 луковицы, соль, лавровый лист, перец.*

***Способ приготовления.*** Морковь нарежьте мелкими кубиками, репчатый лук — кольцами, спассеруйте в растительном масле, запустите в кипящую воду. Туда же положите мелко нарезанные щавель и сельдерей. Примерно через 10 минут посолите, поперчите. Суп варите до готовности в течение 20 минут. Зелень нашинкуйте и всыпьте в кастрюлю после того, как бульон будет готов.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Свежее мясо на разрезе почти сухое. Для определения запаха мяса нагрейте нож или вилку и проколите кусок. Если оно свежее, нож или вилка будут иметь неприятный запах.

***БУЛЬОН ГРИБНОЙ***

***Требуется:*** *500 г свежих грибов, 2 л воды, 400 г мяса, 2 луковицы, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте грибы мелкими кубиками и запустите в кипящую воду. Мясо отделите от костей и жилок и положите в бульон. Добавьте мелко нарезанный лук, соль, лавровый лист и перец. Бульон варите в течение часа.

***БУЛЬОН КУРИНЫЙ***

***Требуется:*** *500–600 г куриного мяса, 2 л воды, морковь, корень петрушки, сельдерей, луковица, соль, перец, лавровый лист.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте крупными кусками, залейте холодной водой и доведите до кипения, периодически снимая образующуюся на поверхности пену. Убавьте огонь до минимума и продолжайте варить в течение часа. За 30–40 минут

до окончания варки положите в бульон коренья, лук, лавровый лист, морковь. Репчатый лук можно обжарить в масле до золотистой корочки, бульон получится более вкусным и ароматным. Незадолго до конца варки подсолите и поперчите. По окончании варки выньте из бульона коренья, лавровый лист и лук.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Нож кладут справа от тарелки острием к ней, с внешней стороны ножа — столовую ложку донышком вниз, а с левой стороны тарелки — вилку зубчиками вверх. Немного правее ставят стакан для воды.

***БУЛЬОН МЯСНОЙ***

***Требуется:*** *500 г говядины или свинины, 2 л воды, луковица, зелень, соль, лавровый лист.*

***Способ приготовления.*** Кусок мяса с костями залейте холодной водой и поставьте ее на средний огонь. Через 20 минут варки добавьте соль, хорошо перемешайте, положите лавровый лист и луковицу. Немного убавьте огонь. Обычно бульон варится в течение двух часов, его готовность можно проверить следующим образом. Большой вилкой с двумя зубьями проткните кусок мяса, если на вилке останется кровь, значит, бульон еще не готов, если сероватый сок — можете снимать. Еще готовность бульона проверяется по тому, насколько легко мясо отделяется от косточки. J

Во время варки на поверхности бульона могут образовываться пена и жир. Их необходимо снимать, так как они портят вкус и консистенцию бульона. Бульон необходимо процедить до прозрачности, отварное мясо можно использовать для вторых блюд.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы на киселе не образовалась корка, посыпьте поверхность сахарной пудрой.

***БУЛЬОН РЫБНЫЙ***

***Требуется:*** *500–600 г свежей рыбы, по корню петрушки и сельдерея, луковица, лавровый лист, несколько горошин черного перца, соль.*

***Способ приготовления.*** Промытую и очищенную от костей рыбу нарежьте порционными кусками, залейте холодной водой и поставьте на средний огонь. Доведите до кипения, удаляйте с поверхности пену и жир, добавьте соль и специи. Коренья и репчатый лук нарежьте тонкими ломтиками и положите в бульон.

Варите до готовности в течение 25–30 минут. Затем осторожно извлеките из бульона куски рыбы и процедите отвар.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если мясо уже имеет неприятный запах, положите при варке один или два кусочка древесного угля, который поглощает запах.

***БУЛЬОН С ОВОЩАМИ И ЯЙЦОМ***

*Требуется: 2 л воды, морковь, по 400 г капусты и картофеля, луковица, яйцо, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Очищенный картофель порежьте кубиками. Морковь и капусту нашинкуйте. Положите в воду приготовленные овощи, лук. Примерно через 20 минут в бульон добавьте предварительно сваренное яйцо, нарезанное мелкими кубиками. Посолите и поперчите. Бульон варите до готовности в течение 20–30 минут.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Все мясные и рыбные закуски для фуршетного стола нарезаются небольшими кусочками (на одну вилку) и красиво выкладываются на блюда, а рядом обязательно должны лежать приборы для раскладывания закусок по тарелкам.

***БУЛЬОН С РИСОМ***

***Требуется:*** *2 л воды, 200 г риса, морковь, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** В кипящую воду добавьте хорошо промытый отборный рис. Спустя 10 минут после начала варки добавьте в бульон мелко нашинкованную морковь, лавровый лист. Посолите, поперчите и варите до готовности в течение 15 минут.

***ЛАПША ДОМАШНЯЯ***

***Требуется:*** *1,5–2 л мясного или куриного бульона, морковь, головка репчатого лука, 30 г кулинарного жира.*

***Для лапши:*** *200 г муки, 30 г воды, яйцо, соль.*

***Способ приготовления.*** Для лапши замесите крутое тесто и оставьте его на 20–30 минут. Затем тонко раскатайте (толщиной 2–3 мм) и разрежьте на полоски шириной в 5—10 см. Сложите обваленные в муке полоски одна на другую и нашинкуйте, разложите лапшу тонким слоем и подсушите. Нашинкованный лук и нарезанную соломкой морковь спассеруйте с жиром и опустите в кипящий бульон. Когда бульон снова закипит, заложите лапшу, предварительно просеяв ее через сито от муки.

Чтобы бульон получился прозрачным, лапшу на минуту

опустите в кипящую, слегка подсоленную воду, откиньте на сито, дайте стечь, а затем уже запускайте в бульон. В готовый суп добавьте мелко нарезанные кусочки мяса или курицы.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Удалить неприятный запах не очень свежего мяса можно следующим образом: разрежьте его на куски, вымойте тщательно в холодной воде и залейте так, чтобы вода покрыла мясо. Добавьте туда древесный уголь. Через 2–3 часа уголь выньте, и мясо варите в той же воде.

***ЛАПШЕВНИК С ЯЙЦОМ***

***Требуется:*** *1,5–2 л мясного или куриного бульона, 2 головки репчатого лука, 30 г кулинарного жира, 2–3 яйца, зелень.*

***Для лапши:*** *200 г муки, 30 г воды, яйцо, соль.*

***Способ приготовления.*** Для лапши замесите крутое тесто, оставьте его на 20–30 минут. Затем тонко раскатайте (толщиной 2—3 мм) и разрежьте на полоски шириной 5— 10 см. Полоски, обваленные в муке, сложите одна на другую и нашинкуйте, разложите лапшу тонким слоем и подсушите. Лук нашинкуйте и спассеруйте с жиром, опустите в закипевший бульон. Когда бульон закипит, заложите в него лапшу, предварительно просеяв ее от муки через сито. Яйца сварите вкрутую. Перед подачей добавьте в нее мелко порубленные яйца. Вареные яйца также можете разрезать на половинки вдоль и положить по две в каждую тарелку, залейте их лапшой.

Подавайте лапшевник, посыпав каждую порцию зеленью.

***ОКРОШКА МЯСНАЯ***

***Требуется:*** *1 л хлебного кваса, 400 г отварного мяса, ветчины и колбасы, 2 свежих огурца, 100 г зеленого лука, 2 вареных яйца, 150 г сметаны, сахар, соль, чеснок, зелень.*

***Способ приготовления.*** Отварное мясо, ветчину и колбасу нарежьте мелкими кубиками. Огурцы порежьте соломкой. Разотрите чеснок с солью. Яйца нарежьте мелкими кубиками, смешайте со сметаной. Все ингредиенты смешайте и залейте предварительно охлажденным квасом. При подаче к столу обильно посыпьте окрошку зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Блюдо с хлебом, салатницы, графин с водой или соком, солонка — все, что может в любой момент вам понадобиться, должно находиться в середине стола. Салфетку можно положить на тарелку или справа от тарелки, под нож и вилку.

***ОКРОШКА ОВОЩНАЯ***

***Требуется:*** *1 л хлебного кваса, 3–4 картофелины, по 100 г сметаны и зеленого лука, морковь, свекла, 2–3 свежих огурца, 3 яйца, соль, сахар, горчица.*

***Способ приготовления.*** Сварите до мягкости картофель, свеклу и морковь. Все очистите, охладите и нарежьте мелкими кубиками. Хорошо промойте и очистите от кожицы огурцы, нарежьте их соломкой или небольшими кубиками. Мелко нарежьте зеленый лук и разотрите его вместе с небольшим количеством соли. Сварите яйца вкрутую, белки мелко порубите, желтки разотрите со сметаной, солью, сахаром и горчицей. Все ингредиенты разведите охлажденным квасом. При подаче к столу посыпьте окрошку измельченной зеленью петрушки и укропа.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для приготовления молочных киселей используйте кукурузный крахмал — вкус киселя с этим крахмалом будет нежнее.

***РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (С КУРИЦЕЙ)***

***Требуется:*** *500 г куриного мяса с костями, 150 г свежей капусты, 3–4 картофелины, морковь, корень петрушки, лук репчатый, соленый огурец, по 50 г маргарина или растопленного сливочного масла и сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень.*

***Способ приготовления.*** Сварите мясной бульон. Затем нарежьте капусту соломкой, картофель — небольшими кубиками. Положите нарезанные овощи в кипящий бульон. Морковь, петрушку и лук мелко нашинкуйте и спассеруйте с жиром или растительным маслом. Соленый огурец нарежьте небольшими ломтиками и припустите. Через 8—10 минут после того, как добавите в бульон картофель с капустой, запустите спасерованные коренья и припущенные огурцы. Рассольник варите 30–40 минут. За 10 минут до окончания варки заправьте рассольник кипяченым огуречным рассолом, добавьте лавровый лист, соль и перец.

Перед подачей нарежьте мясо из бульона кубиками и запустите в суп. Приправьте рассольник сметаной и посыпьте свежей зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы вареное мясо было вкусным и сочным, соблюдайте следующие условия. Лучше всего варите его крупным куском — огузком с хорошо выраженным поверхностным слоем жира

(поливом). Мясо поместите в кипящую воду, количество которой должно быть невелико — чтобы только покрывало его, воду доведите до кипения, сразу убавьте огонь и продолжайте варить мясо при едва заметном кипении (поверхность воды должна лишь вздрагивать) до готовности.

***РАССОЛЬНИК МЯСНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ***

***Требуется****: 300 г картофеля, 2 соленых огурца, 1 л мясного бульона, 120 г перловой крупы, луковица, 30 г растительного или растопленного сливочного масла, зеленый лук, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Бульон поставьте на сильный огонь. Когда он закипит, запустите предварительно размоченную перловую крупу и прикройте крышкой. Картофель нарежьте мелкими кубиками и положите в бульон. Через несколько минут добавьте мелко нарезанные соленые огурцы, репчатый лук, посолите и поперчите. Когда рассольник будет готов, приправьте его большим количеством мелко нарезанного зеленого лука. -

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

На фуршетный стол ставятся также канапе (маленькие бутерброды), мелкие овощи и фрукты, различные закуски в корзиночках, пирожки, сладкие и соленые орешки, фаршированные яйца, паштеты в валованах и другие блюда.

***РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ***

***Требуется:*** *500–600 г свежей рыбы, по 50 г шпината, растопленного сливочного масла или маргарина и сметаны, корень петрушки, морковь, луковица, соленый огурец, 100 г щавеля, яичный желток, 250 г молока, лавровый лист, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления****.* Подготовленную рыбу залейте холодной водой, посолите и поставьте на небольшой огонь. Варите до готовности. Затем извлеките, переложите в другую посуду и залейте небольшим количеством рыбного бульона. Щавель и шпинат мелко нарежьте. Соленые огурцы очистите от кожицы и нарежьте кубиками или соломкой. Петрушку, корень сельдерея и лук слегка обжарьте на растительном масле. Бульон подогрейте до кипения. Положите в него огурцы, обжаренные коренья и специи. Варите около 25–30 минут. Затем добавьте нарезанные щавель, шпинат и немного процеженного огуречного рассола.

Сырой яичный желток размешайте с теплым молоком, поставьте на огонь и, постоянно помешивая, доведите до кипения. Нарежьте рыбу на порционные кусочки, разложите в тарелки. Добавьте в рассольник яично-молочную смесь и посыпьте

зеленью. Заправьте сметаной.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Мясо лучше размораживайте на воздухе, а не в воде. Мясо, подлежащее хранению, не мойте, так как от воды оно быстрее портится.

***РАССОЛЬНИК С КАЛЬМАРАМИ***

***Требуется:*** *400 г очищенных кальмаров, 2 л воды, 250 г молока, яичный желток, 50 г растительного или растопленного сливочного масла, морковь, корень петрушки, щавель, шпинат, луковица, соленый огурец, лимон, соль, перец, 10 маслин.*

***Способ приготовления.*** Кальмаров очистите от кожицы, разрежьте на несколько частей так, чтобы в итоге получилось несколько средних кусков, и положите в кипящую воду. Варите до полуготовности на небольшом огне. Промытую и очищенную морковь нарежьте мелкими кубиками, то же самое проделайте с корнем петрушки. Добавьте овощи в суп. Соленые огурцы очистите от кожицы и нарежьте соломкой, запустите в суп.

Варите около 30 минут. Затем введите немного огуречного рассола, шпинат и щавель.

Сырой яичный желток хорошо размешайте венчиком вместе с молоком. Прокипятите смесь, постоянно помешивая. В конце варки введите в рассольник яично-молочную смесь, посолите, поперчите и посыпьте зеленью. Рассольник можно заправить сметаной или майонезом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Не готовьте желе и муссы в алюминиевой посуде, так как от алюминия они темнеют и приобретают неприятный привкус. Не храните их при минусовой температуре — это ухудшает внешний вид и вкус желе и муссов.

***РАССОЛЬНИК С ПОТРОХАМИ***

***Требуется:*** *125 г потрохов, 30 г соленых огурцов, 10 г сливочного масла, 50 г сметаны, луковица, по пучку петрушки, пастернака и сельдерея, 200 г щавеля, лавровый лист, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Потроха опалите, мелко порубите. Удалите все ненужные части: кровь, жилы, пленку. Все ошпарьте и залейте горячей водой или мясным бульоном. Добавьте специи и варите на слабом огне до готовности. Через 10–15 минут после варки процедите бульон, снимите с его поверхности пенку и жир и сварите в этом бульоне обычный рассольник.

Перед подачей прогретые потроха выложите в тарелку, налейте рассольник, добавьте сметану и посыпьте зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

После закуски тарелки обязательно нужно поменять. Если же подавалась рыба, необходимо поменять не только тарелки, но и все приборы.

***СОЛЯНКА ГРИБНАЯ***

***Требуется:*** *3–4 крупных свежих гриба, по 200 г соленых грибов и квашеной капусты, 50 г растительного или растопленного сливочного масла, морковь, корень петрушки, зелень, лавровый лист, соль.*

***Способ приготовления.*** Грибы варите на среднем огне до готовности. Затем нарежьте их тонкими ломтиками и положите в тот же отвар, процеженный через мелкое сито. Мел-

ко нашинкуйте капусту, нарежьте небольшими кубиками морковь, корень петрушки, соленые грибы, введите все овощи в грибной бульон. Суп варите на небольшом огне в течение 30–40 минут. Когда солянка будет готова, добавьте мелко нарезанную зелень, масло, специи и опять поставьте кастрюлю на огонь. Через несколько минут снимите, заправьте майонезом или нежирной сметаной.

***СОЛЯНКА КАЗАХСКАЯ***

***Требуется:*** *500 г мяса, 2,5 л воды, 300 г мясных продуктов (копченой или вареной колбасы, сосисок, ветчины и др.), 2 луковицы, 3–4 соленых огурца, 10 маслин, 1/4 лимона, 30–40 г томатной пасты, 80 г сливочного масла или маргарина, 120 г сметаны, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Сварите мясной бульон и выньте из него мясо. Нарежьте репчатый лук тонкой соломкой или кубиками, слегка обжарьте на сливочном масле и тушите с томатной пастой 10–15 минут. Соленые огурцы очистите от кожицы, нарежьте мелкими кубиками, добавьте поджаренный лук, лавровый лист и залейте процеженным и охлажденным мясным бульоном. Поставьте бульон на огонь и доведите до кипения, затем запустите в него мясные продукты, нарезанные мелкими кусочками. Варите на слабом огне 8—10 минут.

При подаче солянку заправьте сметаной, положите в тарелку ломтик лимона, маслины и посыпьте мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Варите мясо лучше целым куском — оно будет более вкусным. Мясо для вторых блюд закладывайте в горячую воду и варите при интенсивном кипении.

***СОЛЯНКА РЫБНАЯ***

***Требуется****: 600–800 г свежей рыбы, по 2 луковицы и соленых огурца, 50 г томатного пюре или пасты, 30 г каперсов, 10 г маслин, 40–50 г растопленного сливочного масла, перец, лавровый лист, лимон, соль.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте небольшими кусками подготовленную рыбу. Залейте холодной водой и поставьте на небольшой огонь. Доведите бульон до кипения, посолите, поперчите и продолжайте варить на слабом огне до готовности. Осторожно извлеките рыбу и переложите в другую посуду. Репчатый лук мелко нашинкуйте, обжарьте на сливочном масле

до золотистого цвета, за 2–3 минуты до окончания жарки добавьте томатное пюре или пасту. Очистите соленые огурцы от кожицы, нарежьте их тонкими ломтиками. Опустите в кипящий бульон нарезанные овощи, каперсы и специи и варите около 10 минут. В конце варки запустите в кастрюлю отварную рыбу.

При подаче положите в тарелки нарезанный тонкими кружочками лимон, маслины и посыпьте зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы желе застыло равномерно, без комков, не выливайте его для остывания в очень холодную посуду.

***СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *100 г свежих грибов, 150 г гороха, 2–3 картофелины средних размеров, лук репчатый, морковь, 50 г сливочного масла, 2 л воды, соль, специи.*

***Способ приготовления.*** Замочите горох в холодной воде на 1–2 часа. Залейте его свежей водой и варите. Нарежьте лук колечками, мелко порежьте или потрите на терке морковь и обжарьте до золотистой корочки на сливочном масле. Картофель нарежьте некрупными кубиками. Грибы перед варкой обдайте кипятком. У шампиньонов удалите пленку, закрывающую пластинки, снимите кожицу со шляпки и промойте в воде с добавлением уксуса, чтобы грибы не потемнели при варке.

Когда горох будет почти готов, в кипящую воду запустите обжаренные лук и морковь, картофель и грибы. Варите 15–20 минут. За 5 минут до конца варки добавьте специи, соль. Подавайте со свежей зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если мясо старое, прибавьте к нему ложку уксуса. Оно станет вкуснее и быстрее сварится. Жесткое мясо станет нежным и мягким, если вы натрете его со всех сторон сухой горчицей и затем промоете в горячей воде.

***СУП ГРИВНОЙ С СЫРОМ***

***Требуется:*** *150 г сухих грибов (белых), 3–4 картофелины, 2 головки репчатого лука, 30 г кулинарного жира, зелень, лавровый лист, 5–6 горошин черного перца, соль, 100 г твердого сыра.*

***Способ приготовления.*** Грибы отмочите в течение 1–2 часов и крупно нашинкуйте. Залейте водой и варите 1–1,5 часа, положив в кастрюлю лавровый лист, перец и соль. Когда грибы будут готовы, добавьте очищенный и нарезанный небольшими кубиками картофель. Продолжайте варить еще 10–15 минут,

затем опустите нашинкованную зелень и мелко порезанный репчатый лук. Лук можете спассеровать в 1 ст. л. кулинарного жира. В готовый суп добавьте натертый на терке сыр твердого сорта.

Подавайте со сметаной или майонезом, а также со свежей зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Горячие закуски (люля-кебаб, рыба в тесте, сосиски и другие) для фуршетного стола подаются с деревянными или пластмассовыми палочками-шпажками.

***СУП ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ Требуется:*** *3 л воды, по 300 г куриного мяса и картофеля, 200 г овсяной крупы, головка лука, морковь, 10 г растительного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Сварите бульон из курицы в течение 1,5 часа, не забывая снимать образующуюся на поверхности пену. (Если вы варите бульон не из молодого куриного мяса, время варки *увеличьте.)* Когда бульон станет густым и наваристым, а мясо будет готово, посолите его.

Картофель нарежьте кубиками, переберите и помойте овсяную крупу, нашинкуйте репчатый лук и морковь для пережарки.

В готовый кипящий бульон засыпьте картофель, подождите, пока он закипит, и через 7—10 минут засыпьте овсяную крупу. Чтобы суп был вкуснее, можете перед варкой обжарить крупу на растительном масле до золотистого цвета. После закипания варите около 10 минут. Нашинкованные лук и морковь обжарьте до золотистого цвета. За 15 минут до готовности введите пережарку и оставьте кипеть на слабом огне еще 5 минут. Снимите с огня, дайте настояться и можете подавать к столу.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Подаются только те приборы, которые могут понадобиться во время трапезы. Не надо класть на стол приборы для тех блюд, которых нет. Гости могут ожидать это блюдо, а его не будет.

***СУП ИЗ ФАСОЛИ***

***Требуется:*** *1,5 л воды или мясного бульона, 100–150 г фасоли (в зависимости от того, какой консистенции суп вы хотите получить), 1–2 картофелины, луковица, сыр, 50 г сметаны, соль, молотый перец, масло (сливочное или растительное), зелень.*

***Способ приготовления.*** Предварительно замочите на 1–2 часа фасоль в 1 л воды. Варите фасоль в мясном бульоне или в

чистой холодной воде (но не в той, в которой она замачивалась). Нарежьте лук колечками и обжарьте на масле до золотистой корочки. Когда фасоль станет полумягкой, добавьте в бульон обжаренные кольца лука и картофель. Можете положить и мелко нарубленные орехи, соль и варите до полной готовности фасоли.

Разлейте суп в огнеупорные тарелки, положите в него сметану, засыпьте плотным слоем тертого сыра и поставьте в сильно прокаленную духовку. Запекайте в течение 10–15 минут. При подаче к столу посыпьте мелко нарезанными петрушкой или укропом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы из бисквитного теста получились рассыпчатые изделия, добавьте туда крахмал.

***СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ПОТРОХАМИ***

***Требуется:*** *потроха двух кур, 5–6 картофелин среднего размера, красный и черный молотый перец, лук репчатый, морковь, 120 г растительного масла или животного жира, соль, 2 л воды.*

***Способ приготовления.*** Потроха залейте водой, умеренно посолите и варите на слабом огне почти до готовности. Нарежьте лук колечками, затем морковь натрите на мелкой терке, выложите на разогретую сковороду, предварительно смазанную растительным маслом или животным жиром. На слабом огне при периодическом помешивании поджарьте их до золотистой корочки. Картофель нарежьте кубиками. Когда потроха будут почти готовы, положите его в кастрюлю вместе с обжаренными луком и морковью. Перец и соль добавьте по вкусу.

Подавайте со сметаной. Можете посыпать рубленой зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Переложите мясо листьями сухой крапивы и заверните в мокрое полотенце — так вы его можете хранить несколько дней без холодильника.

**СУП *КРЕСТЬЯНСКИЙ***

***Требуется:*** *1,5 л мясного бульона, 200 г вареного мяса, 400 г свежей капусты, 100 г репы, морковь, головка репчатого лука, 2 картофелины, 4 свежих помидора или 50 г томата- пюре, по 60 г маргарина или кулинарного жира и сметаны, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Морковь и репу очистите и нарежьте ломтиками, лук нашинкуйте и спассеруйте 10–15 минут. Капусту и картофель нарежьте. Бульон доведите до кипения и опустите в него капусту, когда он закипит вторично, добавьте

спассерованные коренья и картофель. Варите 20–25 минут. За 5 минут до конца варки добавьте нарезанные помидоры или томат-пюре, посолите по вкусу. Введите вареные кусочки мяса.

Подавайте со сметаной, посыпав, свежей зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ. Если вы устраиваете вечер в стиле «шведский стол», вам необходимо помнить о том, что возле стола, на котором располагаются закуски, не должно быть никаких стульев. Их следует убрать, чтобы они не мешали гостям свободно передвигаться.

### СУП *КУРИНЫЙ*

***Требуется:*** *1 курица или цыпленок (можно куриный суповой набор), лавровый лист, черный перец горошком, 3 головки репчатого лука, 3–4 картофелины, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Куриное мясо залейте водой и варите 40–50 минут, добавив лавровый лист, перец, соль и головку репчатого лука. Готовую курицу достаньте, отделите мясо от костей и порежьте или расщеплите его на куски. Картофель почистите и нарежьте небольшими кубиками. Бульон процедите и снова поставьте на огонь, затем опустите в него картофель. Через 10–15 минут добавьте мелко нашинкованный лук. Перед самым концом варки положите готовое мясо и внутренности.

Подайте куриный суп со свежей зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Мясо без холодильника можно сохранить так: заверните его в смоченный уксусом или крепко соленной водой холст и держите в прохладном месте.

### *СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ*

***Требуется:*** *2 л молока, 300 г рисовой крупы, 20 г изюма или кураги, соль, сахар.*

***Способ приготовления.*** Молоко доведите до кипения, немного посолите и оставьте кипеть 10 минут. Нужное количество крупы промойте несколько раз, залейте водой, чтобы она размякла и быстрее разварилась в супе. На некоторое время в воде оставьте также курагу или изюм, чтобы они тоже размягчились.

По истечении 10 минут в кипящее молоко засыпьте, помешивая, рисовую крупу, дайте закипеть. Варите, помешивая, несколько минут. Положите курагу или изюм. В процессе приготовления не забудьте засыпать сахар. Варите на медленном

огне до готовности рисовой крупы и следите, чтобы курага или изюм не разварились. Снимайте с огня и подайте к столу.

***СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ***

***Требуется: 2 л молока, 250 г мелкой вермишели, соль, сахар.***

***Способ приготовления.*** Доведите молоко до кипения и кипятите его 10 минут, помешивая. Немного посолите. Медленно помешивая, засыпьте вермишель в кипящее молоко. Добавьте сахар. Варите суп до готовности, остудите и можете подавать.

Одним из вариантов этого первого блюда является суп с добавлением крахмала. 30–50 г крахмала всыпают в кипящее молоко, перед тем как засыпать вермишель. Он придает супу вязкость, кроме того, суп приобретает очень необычный вкус, если его есть холодным.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Многие пряности известны с давних времен. К ним относится и гвоздика. История говорит, что еще древние китайские императоры династии Хань, правившие 2 тысячи лет назад, издали указ, в котором говорилось, что каждый входящий к ним обязан изжевать бутон гвоздики, дабы от него приятно пахло.

***СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ***

***Требуется:*** *3 л молока, 300 г пшеничной муки, 5 яиц, вода, 40 г сливочного масла, соль, сахар.*

***Способ приготовления.*** Муку просейте, вбейте в нее яйца, посолите, замесите тесто. Если тесто получится сильно крутым, добавьте в него воды и еще раз вымесите. Хорошо вымешенное тесто раскатайте тонким жгутом шириной 2–3 см и нарежьте наискосок квадратиками.

Молоко доведите до кипения. Когда оно закипит, опустите в него клецки и варите на слабом огне до тех пор, пока они не всплывут. В это же время всыпьте сахар. Когда суп будет готов, снимите его с огня и положите в него кусочек сливочного масла, подождите, чтобы оно растаяло. Можете подавать к столу.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чем больше вы кладете в тесто жира и меньше жидкости, тем более рассыпчатыми становятся изделия.

***СУП РОЖДЕСТВЕНСКИЙ (ИЗ ГУСЯ)***

***Требуется:*** *3 л воды, 400 г мяса гуся, 300 г картофеля, 250 г гречневой крупы, головка репчатого лука, морковь, 20 г*

*растительного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Сделайте густой бульон из гуся — варите в слабо кипящей воде не менее 2 часов. Картофель нарежьте мелкими квадратиками, крупу хорошо промойте под проточной водой, мелко нашинкуйте репчатый лук и морковь. Почти готовый бульон посолите. Если он получится слишком жирным, соберите жир с поверхности. Опустите в кипящий бульон картофель, следом за ним и гречневую крупу. Варите не менее 20 минут. Обжарьте на растительном масле нашинкованные лук и морковь. За 5 минут до готовности введите поджарку в суп и оставьте покипеть несколько минут. Снимите с огня, дайте настояться некоторое время и можете подавать к столу.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если залить мясо доверху кипяченым молоком, простоквашей или сывороткой (ежедневно заменять их свежими), положить сверху деревянный кружок и чистый камень, вынести в холодное место, то его можно хранить без холодильника. Еще один способ — погрузите мясо в растопленный говяжий жир и держите в прохладном месте.

***СУП РЫБНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ***

***Требуется:*** *3 л воды, 500 г рыбы, 300 г перловой крупы, 10 г черного перца горошком, 2 головки репчатого лука, морковь, 10 г растительного масла, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Замочите перловую крупу в теплой воде на час. Подготовленную рыбу залейте водой, добавьте соль и нашинкованный лук. Варите при слабом кипении 25–30 минут. После этого куски рыбы выньте, а голову и хвост варите еще 15–20 минут. Готовый бульон процедите и снова вскипятите, засыпьте в него размягченную перловую крупу и варите не менее 40 минут.

За 15–20 минут до окончания варки спассеруйте лук и морковь и добавьте в суп. При необходимости досолите. Готовый суп подавайте, посыпав зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ. При устройстве вечера в стиле «шведский стол» не забывайте, что на столе-буфете должны стопками лежать тарелки, рядом — ножи и вилки, а также стаканы, рюмки, бумажные салфетки.

***СУП С КЛЕЦКАМИ***

***Требуется:*** *2 л воды, 250 г молодой курицы, 6 картофелин,*

*большая морковь, луковица, 130 г растительного масла, соль.*

***Для клецек:*** *250 г муки, яйцо, 150 г воды, немного соли.*

***Способ приготовления.*** Сварите куриный бульон. Картофель порежьте кубиками, засыпьте в кипящий бульон, посолите. Морковь натрите на крупной терке, луковицу мелко порежьте. Обжарьте лук и морковь в растительном масле, добавьте в бульон. Муку просейте, насыпьте в чашку, посолите, разбейте яйцо, влейте воду. Тесто тщательно замесите, оно не должно быть жидким. Чайной ложкой набирайте тесто, придавая ему форму, и опускайте в кипящий суп. Варите 15 минут.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы мясо при тепловой обработке не пригорело и не стало сухим, поставьте в духовой шкаф небольшой сосуд с водой. Пар предохранит мясо от пригорания и высыхания.

***СУП С ФАСОЛЬЮ И ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *2 л воды, 250 г курицы, 7 картофелин, 2 моркови, большая луковица, 3 сладких перца, маленькая свекла, 200 г фасоли, 120 г растительного масла, соль, укроп, петрушка.*

***Способ приготовления.*** Курицу нарежьте небольшими кусочками и сварите в двух литрах воды. Картофель нарежьте кубиками. Фасоль предварительно залейте на час теплой водой, чтобы она распарилась. Опустите в кипящий бульон фасоль и картофель. Морковь и свеклу нарежьте толщиной 0,2 мм, лук — мельче, перец — четвертинками колечек. Обжарьте все это 10 минут в растительном масле, опустите в суп, посолите. Варите 15 минут, выключите, положите укроп и петрушку, дайте настояться под крышкой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Летом песочное тесто храните в холодильнике и доставайте его оттуда по мере надобности. При его приготовлении муку смешивайте с другими продуктами не дольше 2–3 минут, иначе образуется «затянутое тесто», изделия из которого будут жесткими и грубыми.

***СУП ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ***

***Требуется****: 2 л воды, 3 яичных белка, 6 картофелин, 120 г мелкой вермишели, 130 г растительного масла, 2 моркови, большая луковица, зеленый сладкий перец, соль, пучок укропа, пучок петрушки.*

***Способ приготовления.*** В кипящую воду опустите нарезанный кубиками картофель, посолите. 3 яичных белка хорошо взболтайте вилкой. Мелко нарежьте морковь и лук, болгарский перец разрежьте на четвертинки колечек. Обжарьте овощи на растительном масле, добавьте в бульон и варите 10 минут, затем засыпьте вермишель. За 3 минуты до готовности влейте белки, тщательно размешайте и засыпьте мелко нарезанные укроп и петрушку.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Последовательность расположения приборов на столе должна соответствовать подаче блюд. Перед сервировкой все приборы

надо обязательно хорошо протереть, даже если они кажутся вам абсолютно чистыми.

***СУП ХЛЕБНЫЙ***

***Требуется:*** *200 г ржаного хлеба, по 30 г изюма, сливок, клюквы и корицы, 50 г яблок, 60 г ' сахара.*

***Способ приготовления.*** Залейте кипятком поджаренные ржаные сухари, дайте настояться, процедите через марлю или мелкое сито, после чего протрите неразмякшие кусочки сухарей через сито, соедините с отваром от сухарей, добавьте изюм, клюквенный сок, сахар, корицу и яблоки, нарезанные ломтиками, и кипятите 5—10 минут на небольшом огне, после чего поставьте в холод и остудите.

Подавать этот суп к столу желательно со взбитыми сливками, так как они подчеркивают вкус хлебного супа. В качестве напитка, который хорошо гармонирует с подобным супом, выступает обыкновенный квас, настоянный на дрожжах или хлебных корках и остуженный в холодильнике.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

В помещении, где вы разделываете тесто, не устраивайте сквозняков: из-за них на изделиях получается грубая корочка.

***СУП-ЛАПША***

***Требуется:*** *350 г молока, 110 г воды, по 30 г, сливочного масла и сахара, 35 г муки, 1/2 яйца, соль.*

***Способ приготовления.*** Сварите самую обыкновенную домашнюю лапшу, погрузите ее на несколько секунд в кипяток, а затем незамедлительно откиньте на сито. Когда вода окончательно стечет, положите лапшу в кипящее молоко и варите 10–15 минут, до полной готовности, когда лапша на вкус станет мягкой и аппетитной. Незадолго до конца варки суп заправьте сахаром и солью.

Перед подачей к столу положите кусочек сливочного масла, который придаст готовому супу замечательный аромат и вкус. В качестве добавки для тех, кто любит пикантный суп, подойдет мелко нарезанная зелень, например, сельдерей, петрушка или базилик.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Перед подогреванием мяса сбрызните его несколькими ложками холодной воды, добавьте немного жира и поставьте на огонь. Так сохранится вкус свежего мяса.

***СУП-ПЮРЕ ГРИБНОЙ С ЛУКОМ И ТОМАТАМИ***

***Требуется:*** *по 500 г грибов (вешенок или шампиньонов) и помидоров, 5 головок лука, крупная морковь, небольшой корешок петрушки, по 30 г топленого масла и муки, 200 г сметаны, 2 желтка.*

***Способ приготовления.*** Грибы залейте водой и поставьте вариться. Помидоры порежьте, накройте крышкой и тушите до мягкости на слабом огне в собственном соку. Коренья и лук мелко порубите, положите в кастрюлю, добавьте топленое масло, закройте крышкой и тушите до золотистого цвета. Положите коренья и лук в тушеные помидоры и тушите до тех пор, пока цвет не станет темно-красным, после чего добавьте масло и немного муки. За полчаса до подачи к столу протрите всю массу через дуршлаг, часто поливая бульоном, соедините с ним и, помешивая, варите суп до густоты. Перед подачей размешайте желтки со сметаной и заправьте ими суп, не давая ему кипеть (иначе желтки свернутся и суп будет испорчен).

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

К «шведскому столу» обычно подают холодные закуски, салаты, холодные соусы, хлеб, алкогольные напитки, газированную воду и даже сигареты. Можно поставить лед для алкогольных напитков.

***СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ***

***Требуется:*** *1 кг рыбы, морковь, пучок петрушки, головка лука, 300–400 г картофеля, 4–5 горошин перца, 1–2 лавровых листа, 2 л воды.*

***Для пюре:*** *50 г сливочного масла, 30 г муки, 1/2 л молока, яичный желток, пряная зелень.*

***Способ приготовления.*** Подготовленную и нарезанную рыбу, овощи, картофель и вкусовые приправы залейте холодной водой и варите на слабом огне до мягкости. Протрите сквозь сито, удалив рыбьи кости, горошины перца и лавровый лист. Муку обжарьте на сливочном масле, смешайте с горячим молоком и добавьте протертое пюре. Варите еще 10–15 минут.

Перед подачей к столу положите в суп яичный желток, размешайте, посыпьте нарезанным укропом или зеленью петрушки. Можете добавить также ломтики свежего помидора.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Бульон лучше варить в эмалированной кастрюле. А чтобы он был прозрачным, берите мозговые трубчатые кости. Позвоночные кости сделают бульон мутным и невкусным.

***СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ***

***Требуется:*** *1 кг картофеля, 1 л молока, 90 г сливочного масла, 3 стебля лука-порея.*

***Для заправки:*** *2 яичных желтка и 180 г молока.*

***Способ приготовления.*** Лук-порей нарежьте, слегка поджарьте на сливочном масле, добавьте нарезанный ломтиками картофель, залейте 1,2 л воды, положите соль и варите 25–30 минут. Сваренный картофель вместе с отваром протрите сквозь сито, добавьте горячее молоко и размешайте. Перед подачей к столу, суп заправьте сливочным маслом и яичными желтками, смешанными с горячим кипяченым молоком. Чтобы протертые продукты не осели в бульоне, добавьте в него слегка поджаренную на сливочном масле муку и проварите 20–30 минут.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы готовите печенье или кексы, в муку положите питьевую соду, а в воду для теста добавьте немного уксуса или лимонной кислоты.

***СУП-ХАРЧО***

***Требуется****: 500 г мяса, 2 головки лука, 2–3 дольки чеснока, 50 г томата-пюре или 100 г свежих помидоров, по 120 г риса и кислых слив, 50 г сливочного масла и свежую зелень.*

***Способ приготовления.*** Харчо готовят преимущественно из бараньей грудинки, но можно заменить ее и говяжьей. Мясо нарежьте небольшими кусочками из расчета 3–4 на порцию, залейте холодной водой и варите. Появляющуюся пену снимайте шумовкой. Через 1,5–2 часа положите мелко нарезанный лук, толченый чеснок, рис, кислые сливы, соль, перец и варите еще 30 минут. Томат-пюре или помидоры слегка поджарьте на сливочном масле или жире, снятом с бульона, и за 5—10 минут до окончания варки добавьте в суп.

Перед подачей к столу посыпьте харчо мелко нарезанной зеленью кинзы, петрушки, базилика или укропа.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если пена бульона по недосмотру опустилась на дно, влейте туда стакан холодной воды. Когда пена поднимется наверх, удалите ее. Но совсем прозрачным после этого бульон уже не станет.

***УХА ИЗ КАРАСЯ***

***Требуется:*** *1,5 кг рыбы, 2 л воды, 2 луковицы, морковь,*

*петрушка (корень и зелень), корень пастернака, 60 г промытого риса, по 30 г укропа и эстрагона, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, соль.*

***Способ приготовления.*** Головы карасей отварите отдельно. В подсоленный кипяток положите рис, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанные лук, морковь и петрушку и варите на слабом огне 20 минут, затем снимите пену, при желании процедите, положите лавровый лист, перец, прокипятите еще 5 минут, сделайте огонь сильнее и опустите в готовый бульон вычищенную рыбу (не разрезая ее на куски). Варите на умеренном огне 15–17 минут, не давая сильно кипеть. В конце варки засыпьте в уху зелень петрушки, укропа и эстрагона, снимите с огня, закройте крышкой и дайте настояться 7–8 минут.

Эту уху не солят. Показателем ее готовности является легкое отставание мяса от костей, а показателем хорошего качества — прозрачность бульона, его тонкий аромат, яркая белизна мяса рыбы.

***УХА ИЗ ЩУКИ***

***Требуется:*** *700 г щуки, 3 яйца, корень петрушки, головка репчатого лука, 2,5 л воды, соль, 50 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Щуку выпотрошите, удалите жабры, залейте холодной водой, добавьте петрушку и лук и варите при слабом кипении от часа до 1 часа 20 минут, периодически снимая пену. Когда бульон будет готов, процедите его и осветлите яичными белками, смешанными с холодным бульоном. Посолите и варите при слабом кипении 20–30 минут. Процедите еще раз.

Перед подачей в уху кладут сливочное масло и посыпают зеленью. Эту уху едят с черным хлебом или же с рыбной кулебякой, пирогами, начиненными визигой, саго, рисом и яйцами, луком или рыбой (расстегаи).

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

В древние времена гвоздика была весьма редкой пряностью, и порой из-за этого она становилась причиной гибели целых народов. В древности снаряжали целые походы, отправляли караваны в другие государства, чтобы выменять пряности на золото и шелк. Особенно этим пользовались морские пираты, которые грабили суда, идущие к Цейлону, главному поставщику этой пряности.

***УХА С КАРТОФЕЛЕМ***

***Требуется:*** *1,5 кг рыбы или 1,2 кг филе (примерно по 1/2 кг трески, палтуса, морского окуня), 1,8 л воды, 2 луковицы, морковь,*

*3–4 картофелины, 4 лавровых листа, 10–12 горошин черного перца, лук-порей, петрушка, 50 г укропа, 4–5 тычинок шафрана, соль, 4 ломтика (кружочка) лимона.*

***Способ приготовления.*** В подсоленную воду положите нарезанные картофель, морковь, петрушку и лук, прокипятите 10–15 минут на умеренном огне до полуготовности картофеля. Положите все пряности, кроме укропа и части порея, а через 3 минуты — нарезанную крупными кусками рыбу и варите еще 8 минут на умеренном огне. При необходимости досолите. За минуту до готовности засыпьте укроп и лук- порей.

Дайте настояться в течение 7–8 минут, затем положите лимон.

Обратите внимание: уха получится значительно вкуснее, если ее варить без крышки, в открытой посуде и на умеренном или медленном огне.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ. Если вы устраиваете «шведский стол», помните, что после закусок всегда подаются мороженое, торт, чай и кофе. К чаю и кофе можно предложить коньяк и ликеры.

***УХА С ЛАПШОЙ***

***Требуется:*** *1 кг рыбы, 300 г лапши или вермишели, корень петрушки, 2 головки лука, 100 г ложки сливочного масла или растопленного жира.*

***Для лапши:*** *250 г муки, яйцо, соль и 120 г воды.*

***Способ приготовления.*** Сварите рыбу. Очищенный корень петрушки и лук нашинкуйте, слегка поджарьте на масле или жире, положите в процеженный бульон и доведите до кипения. Всыпьте лапшу или вермишель, посолите и варите суп 15–20 минут. Перед подачей к столу добавьте укроп или зелень петрушки.

Муку высыпьте на доску, сделайте углубление, влейте яйцо, посолите и, понемногу подливая воду, замесите крутое тесто. Тонко раскатайте его, посыпьте мукой и нарежьте полосками. Сложите полоски примерно в 6 рядов и, мелко нашинковав, разложите на решето для подсушки, после чего отсейте муку и засыпьте лапшу в бульон.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы пересолили бульон, опустите в него полстакана риса или пшена в марлевом мешочке и еще раз прокипятите. Мясной бульон солите за 30 минут до окончания варки, рыбный — в начале варки, грибной — в конце.

# *Глава 3. ВТОРЫЕ БЛЮДА*

***ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ***

***Требуется:*** *1 кг капусты, 100 г* ***моркови,*** *2–3 головки лука, 2 помидора, 250 г сметаны, по 50 г томатного пюре и растительного масла, сельдерей, петрушка.*

***Способ приготовления.*** Очистите кочан капусты, вырежите из него кочерыжку, положите в подсоленный кипяток и варите 15–20 минут. После этого выложите капусту на сито и, дав стечь воде, разберите на отдельные листья, которые послужат заготовками для будущих голубцов. Предварительно капустные листья немного отбейте, чтобы они сворачивались без всякого труда.

Для начинки используются любые овощи, нарезанные и перемешанные между собой.

На капустные листья положите овощной фарш и сверните, придав голубцам продолговатую форму. Обжарьте в растительном масле на маленьком огне, после чего сложите в неглубокую кастрюлю, добавьте туда же масло и томатное пюре и тушите на слабом огне в духовом шкафу 30–40 минут. Во время тушения голубцы несколько раз поливайте соусом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если во время варки требуется долить немного воды, доливайте только горячую. Варите супы в небольших количествах, на один день. Даже если суп стоит в холодильнике, его вкус ухудшается.

***ГУЛЯШ С КАПУСТОЙ***

***Требуется****: 600 г капусты, 50 г растительного масла, 5 головок лука, 10 г муки, по 250 г сливок и томат-пасты, соль, перец по вкусу, сладкий болгарский перец.*

***Способ приготовления.*** Нашинкуйте кочан капусты, лук мелко порежьте и обжарьте в растительном масле. Добавьте туда капусту, посолите, поперчите и тушите на медленном огне 15 минут, изредка помешивая, во избежание пригорания. Для придания готовому гуляшу особого аромата положите несколько кусочков порезанного сладкого болгарского перца и зелень. Когда капуста станет мягкой, залейте ее сливками и томатной пастой, после чего доведите до полной готовности.

Подавайте к столу горячим в качестве приправы к картофельному пюре. Из напитков с этим видом гуляша особенно

хорошо гармонирует горячий кисель.

***ГУЛЯШ С ЯБЛОКАМИ***

***Требуется:*** *500 г мелко нарезанных яблок, 80 г растительного масла, 2 головки лука, 10 г муки, по 250 г сливок и томат-пасты, соль, перец по вкусу.*

***Способ приготовления.*** Поджарьте нарезанный лук в растительном масле на небольшом огне, после чего добавьте туда же очищенные от кожуры и нарезанные яблоки, посолите, посыпьте красным молотым перцем и тушите на медленном огне 15 минут. Иногда помешивайте гуляш, чтобы яблоки не подгорели и как следует размягчились. Когда яблоки станут мягкими, гуляш посыпьте мукой, залейте сливками и томатной пастой, после чего доведите до окончательной готовности.

Подавайте этот гуляш, пока он еще не остыл, и непременно с картофельным пюре, которое позволяет в полной мере почувствовать его вкус.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ К каждому общему блюду, стоящему на столе, обязательно должны подаваться приборы, которые могут понадобиться при его употреблении: ложки, лопатки, вилки, шипцы.

***ЗАПЕКАНКА ИЗ ФАСОЛИ***

***Требуется:*** *200 г фасоли, луковица, 30 г сливочного маргарина, 2 яйца, по 25 г грецких орехов и сметаны, соль.*

***Способ приготовления.*** Переберите и промойте фасоль, замочите ее в прохладной воде на 3–4 часа. Слейте воду и поставьте фасоль на огонь. Когда она разварится, посолите ее, а потом, слив воду, разомните. Лук, мелко порезав, спассеруйте в маргарине. Грецкие орехи измельчите. Смешайте фасоль со спассерованным луком и, добавив яйца, перемешайте.

Нагрейте сковороду, положите в нее оставшийся маргарин. Когда он растопится, выложите на сковороду приготовленную массу из фасоли ровным слоем и запекайте ее до готовности. Уже готовую запеканку положите на блюдо, помажьте ее сметаной, посыпьте грецкими орехами.

***ЗАПЕКАНКА ИЗ ЯБЛОК И КАРТОФЕЛЯ***

***Требуется:*** *150 г картофеля, 50 г яблок, 30 г сметаны, 50 г молока, 10 г сливочного масла, 20 г сливочного маргарина, по пучку укропа, петрушки и зеленого лука, соль.*

***Способ приготовления.*** Сварите картофель и, очистив от кожуры, истолките в пюре, добавьте в него теплое молоко,

сливочное масло и тщательно перемешайте. Очистите яблоки от кожуры и, порезав их маленькими дольками, положите в пюре. Все тщательно перемешайте. Пюре выложите на сковороду в растопленный маргарин и разровняйте его поверхность, смажьте ее сметаной, смешанной с яйцом. Приготовленную массу выпекайте в духовке до готовности.

Готовую запеканку выложите на блюдо и посыпьте зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Щи из квашеной капусты, борщ, гороховый суп и некоторые другие блюда, овощи для которых предварительно пассеровали, выдерживают на холоде довольно длительное хранение, не утрачивая своих вкусовых качеств.

***ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ***

***Требуется:*** *500 г капусты, 2 луковицы, 3 яйца, 100 г грецких орехов, 50 г томатной пасты, 40 г маргарина, 30 г зелени укропа, соль.*

***Способ приготовления.*** Очищенный кочан капусты мелко порежьте и поварите в подсоленной воде. Лук порежьте и спассеруйте в половине порции маргарина. Смешайте лук и капусту в блюде и, посолив, добавьте яйца и толченые грецкие орехи. Перемешайте массу и выложите на сковороду с растопленным маргарином. Когда запеканка поджарится, осторожно переверните ее, чтобы могла поджариться верхняя поверхность. Готовую запеканку выньте из сковороды и выложите на блюдо. Смешайте томатную пасту с рубленой зеленью и полученной массой смажьте поверхность запеканки.

***ЗАПЕКАНКА МАКАРОННАЯ***

***Требуется:*** *600 г макаронных изделий, 100 г колбасы, 50 г томатной пасты, 3 яйца, 30 г майонеза, 20 г маргарина, 60 г зелени укропа и петрушки, соль.*

***Способ приготовления.*** Отварите макароны. Следите, чтобы они не разварились. Порежьте на кубики колбасу. Сваренные макароны выложите в блюдо и, добавив в них колбасу и яйца, хорошо перемешайте, чтобы яйца равномерно распределились в макаронах. Растопите маргарин и выложите приготовленную макаронную массу. Когда поджарится нижняя поверхность запеканки, переверните ее. Готовую запеканку выложите на большую тарелку, помажьте сначала томатной пастой, потом майонезом и посыпьте зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы приготовить вкусные щи даже из очень кислой капусты, замените часть ее на свежую. Тушите только квашеную капусту, а свежую кладите в кипящий бульон.

***ЗАПЕКАНКА МАННАЯ***

***Требуется:*** *200 г манной крупы, 500 г молока, 100 г абрикосов, 3 яйца, по 50 г сметаны, сливочного масла и сахара, 20 г сливочного маргарина, соль.*

***Способ приготовления.*** В кипящее молоко запустите манную крупу, добавьте сахар и соль и варите до тех пор, пока манка не загустеет. После этого, пока манка остывает, отделите абрикосы от косточек. В готовую манную кашу положите масло, яйца и тщательно перемешайте. Добавьте туда дольки абрикоса, потом выложите эту массу на нагретую, смазанную сливочным маргарином сковороду. Когда запеканка станет золотистого цвета, переверните ее с помощью крышки от сковороды на другую сторону, чтобы она тоже стала золотистого цвета. Готовую запеканку выложите на тарелку, сверху положите сметану.

***ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ***

***Требуется:*** *120 г рисовой крупы, 350 г молока, 400 г моркови, 200 г яблок, 2 яйца, 50 г сахарного песка, 80—100 г сливочного масла, 60 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Сварите на молоке вязкую рисовую кашу. Нашинкуйте морковь, припустите ее, добавьте молоко и тушите до полной готовности. Смешайте морковь с нашинкованными сырыми яблоками и лимонной цедрой. Тщательно перемешайте и добавьте туда же сахар и яйца, после чего снова хорошенько перемешайте и выложите на сковороду, смазанную растительным маслом и посыпанную молотыми сухарями. Смажьте поверхность морковной запеканки сметаной и выпекайте в духовом шкафу до полной готовности.

Подавая готовую запеканку, не забудьте полить ее маслом и разрезать на порции, по числу приглашенных, а также приготовить горячий кисель или какао, вкус которых будет отлично подчеркивать пикантность запеканки.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Белое вино принято подавать в больших рюмках на длинной ножке, красное сухое — в более приземистых, «пузатых» рюмках.

***ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ***

***Требуется:*** *250 г рисовой крупы, 750 г молока, 200 г сахарного песка, 50 г сливочного масла, 100 г изюма, 2 яйца, 30 г сметаны,*

*соль, 60 г сухарей.*

***Способ приготовления.*** Сварите вязкую рисовую кашу на молоке и дайте ей немного остыть, положите в нее изюм, промытый в проточной воде, и яйца, размешайте до однородной консистенции. Выложите приготовленную таким образом массу на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду. Разровняйте поверхность запеканки и смажьте ее смесью яиц и сметаны, запекайте в духовом шкафу до образования румяной корочки.

Готовую запеканку полейте маслом и разрежьте на отдельные порции, подайте к столу. Отдельно предложите горячий ягодный кисель, который очень выгодно подчеркивает вкус запеканки.

***КАПУСТА, ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ***

***Требуется:*** *500 г капусты, 4 яйца, 50 г молока, 200 г сыра, 20 г растительного масла, 100 г картофеля, соль, помидор.*

***Способ приготовления.*** Кочан капусты мелко порубите. Хорошо нагрейте сковороду с растительным маслом, выложите в нее капусту и пожарьте 20 минут. Разбейте в кружку яйца и, добавив в них молоко, тщательно взбейте, залейте ими капусту и оставьте на огне еще 5 минут. Выложите содержимое сковороды на противень и, посыпав капусту тертым сыром, поставьте в нагретую духовку. Держите в духовке до полной готовности. Запеченную капусту положите на большое блюдо.

Отварите картофель в подсоленной воде, очистите его от кожуры и порежьте на кубики. После этого порежьте помидор, смешайте его с картофелем и, посолив, подайте к столу вместе с капустой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Добавляйте в суп свежее масло, сметану, зелень, экстракт суповых кореньев, тем самым вы улучшите его качество.

***КЛЕЦКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ***

***Требуется****: 500 г картофеля, 6 яиц, 200 г репчатого лука, 100 г свеклы, соль, 20 г сливочного маргарина, 200 г помидоров, 60 г сметаны, 30 г грецких орехов, 1,5 л воды.*

***Способ приготовления.*** Картофель натрите на крупной терке. Лук мелко порежьте и поджарьте в маргарине до золотистого цвета. Свеклу натрите на мелкой терке. В блюде перемешайте картофель, свеклу и лук. В эту массу разбейте яйца, посолите, дайте остыть и порежьте ее на кусочки. Широким ножом запускайте клецки в кипящую подсоленную воду. Если приготовленная масса будет прилипать к ножу, опускайте его в

стакан с водой. После того как клецки всплывут на поверхность, поварите их еще 3–5 минут и, вынув их из воды, положите на блюдо. Нарежьте на кубики помидор и смешайте его со сметаной и размельченными орехами. Полученным соусом полейте клецки.

***КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ***

***Требуется:*** *200 г моркови, 60 г хлеба, 50 г изюма, 70 г молока, 200 г сливочного маргарина, 10 г сахара, 2 яйца, 90 г сметаны, 200 г сухарей.*

***Способ приготовления.*** Морковь натрите на крупной терке. Замочите хлеб в молоке. Изюм переберите и вымойте. Смешайте все.

Полученную массу перемешайте, разбейте в нее яйца и снова перемешайте. Приготовленный фарш разделите на небольшие равные части и сформуйте их в форме продолговатых котлет. Эти котлеты обваляйте в сухарях и, выложив на горячую сковороду в растопленный маргарин, пожарьте с двух сторон.

Готовые котлеты выложите на тарелки и положите на каждую из них немного сметаны.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Молочные супы варите в кастрюле с толстым дном и на слабом огне, чтобы не пригорело молоко. Макаронные изделия и крупы из целых зерен для супа проварите сначала 3–5 минут в воде, так как они плохо развариваются в молоке.

***МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *1 кг макарон, 500 г белых грибов, 120 г порезанной зелени укропа и петрушки, по 200 г свежих огурцов и помидоров, 100 г майонеза, соль, 1,5 л воды.*

***Способ приготовления.*** Мелко порежьте грибы и жарьте в собственном соку до готовности, посолите и, добавив порезанную зелень, перемешайте. Вскипятите воду, посолите ее, запустите макароны и варите до полной готовности, но следите, чтобы они не разварились. Нарежьте огурцы и помидоры на кубики и, посолив, смешайте в небольшой миске с майонезом. Готовые макароны выложите в середину большого блюда горкой, а по краям разложите жареные грибы. Закройте макароны сверху овощами в майонезе.

***МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *1 кг макарон, 100 г репчатого лука, по 200 г помидоров и капусты, 4 яйца, 50 г маргарина, 150 г томатного соуса, соль, 1,5 л воды.*

***Способ приготовления.*** Лук нашинкуйте и поджарьте до

золотистого цвета. Порубите мелко капусту, порежьте на кубики помидоры и выложите все это в сковороду к луку. Полученную массу пожарьте 15–20 минут на медленном огне. Сварите яйца вкрутую, порежьте их и добавьте к овощам. Все тщательно перемешайте и выложите в миску. Отварите макароны, положите в центр большого блюда, выложите на них жареные овощи и полейте томатным соусом.

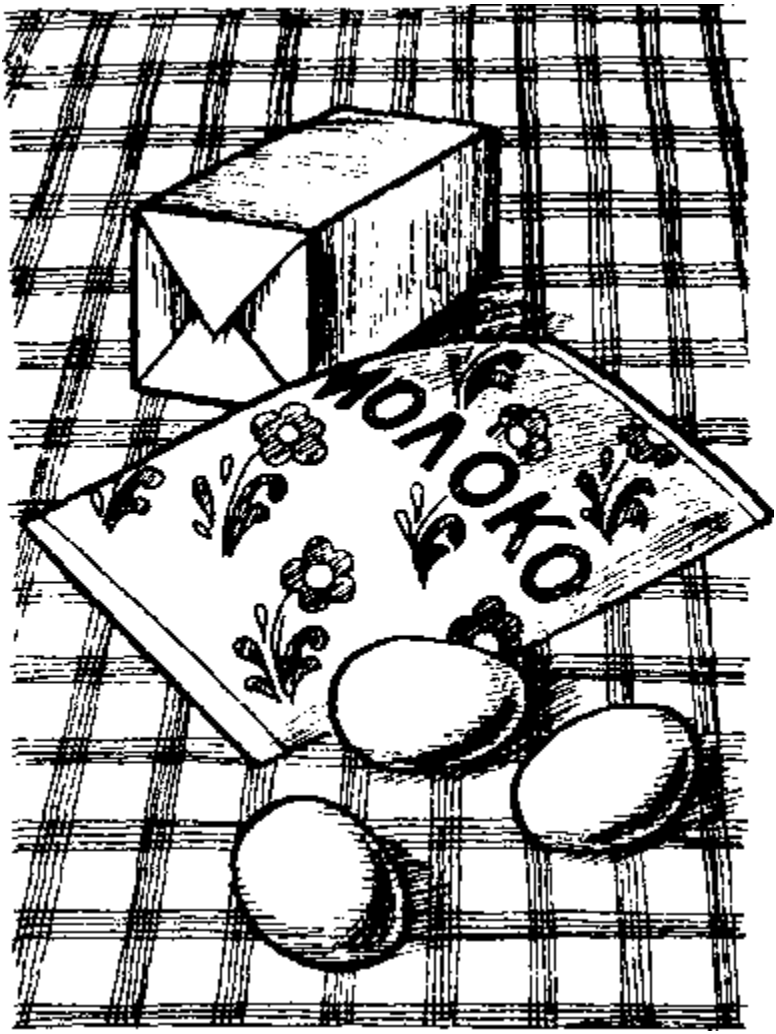
ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Десертные, вина подаются в рюмках средней величины с не очень высокой ножкой, в таких же рюмках можно подавать и вермут. Коктейли лучше всего смотрятся в стаканчиках.

***ОМЛЕТ МОЛОЧНЫЙ***

***Требуется:*** *5 яиц, 100 г молока, 20 г сливочного маргарина, 30 г зелени укропа, петрушки и зеленого чеснока, помидор, соль.*

***Способ приготовления.*** Разбейте яйца, посолите и добавьте молоко и мелко порубленную зелень. Полученную массу перемешайте и вылейте на нагретую сковороду, с растопленным маргарином. Когда омлет поднимется, проведите лопаточкой по его краям, отделив от стенок сковороды, и, накрыв сковороду крышкой, выложите на нее осторожно омлет. Положите омлет снова на сковороду обратной стороной. Ошпарьте кипятком помидор, снимите с него кожицу, порежьте на тонкие ломтики и выложите на поверхность омлета.




***ОМЛЕТ МОРКОВНЫЙ***

***Требуется:*** *5 яиц, 30 г молока, 2 моркови, 10 г сахара, 20 г сливочного маргарина, 25 г воды, 15 г зелени петрушки, соль.*

***Способ приготовления.*** Морковь порежьте на кубики, выложите на сковороду, всыпьте соль, сахар. Все очень хорошо перемешайте и потушите в маргарине с добавлением воды. Затем разбейте в кружку яйца и, влив молоко, взбейте. Когда морковь станет мягкой, залейте ее яйцами, взбитыми с молоком. Как только омлет *поднимется* и станет *пышным,* переверните его на другую сторону при помощи крышки от сковороды и поджарьте до золотистого цвета.

Готовый омлет разрежьте на порции, выложите каждую из них на тарелки и положите на каждую порцию по веточке

петрушки.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для грибных супов лучше подбирайте шампиньоны, белые грибы и сморчки. Грибной бульон будет вкуснее, если для его приготовления использовать сушеные грибы разной величины: крупные придают бульону вкус и темный цвет, а мелкие — аромат.

***ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ЛУКОМ***

***Требуется:*** *3–4 яйца, 45–50 г молока, 30 г зеленого лука, 20 г сливочного маргарина.*

***Способ приготовления.*** Яйца разбейте, добавьте молоко и взбейте миксером. Нарежьте зеленый лук, всыпьте в яичную массу, перемешайте и поджарьте так, чтобы омлет полностью прожарился. Выложите омлет на блюдо и подайте к столу.

***ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ЛУКОМ И СЫРОМ***

***Требуется:*** *5 яиц, 40–50 г зеленого лука, 50 г сыра, 30 г растительного или сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** В разогретую сковороду положите ломтики сыра и следом вылейте яичную массу, смешанную с зеленым луком. Все размешайте прямо в сковороде и дайте поджариться до золотистой корочки с внешней стороны омлета. При подаче посыпьте перышками зеленого лука.

***ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬЮ***

***Требуется:*** *4 яйца, 60 г молока, 60–90 г растительного масла, зелень укропа, петрушки, кинзы.*

***Способ приготовления.*** Взбейте миксером яйца с молоком. В яичную массу добавьте мелко нарезанную свежую зелень. Поставьте на огонь сковороду, налейте растительное масло и хорошо разогрейте. Вылейте яично-молочную массу с зеленью на сковороду и поджарьте.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Мадера, херес и другие южные вина подаются в цветных рюмках. Шампанское можно подать в высоких узких или же в чашеобразных фужерах. Если напиток надо пить через соломинку, его подают в фужерах или стаканах.

***ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬЮ И ПОМИДОРАМИ***

***Требуется:*** *3 яйца, 2 помидора, зелень петрушки, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Взбейте яйца венчиком. В яичную массу добавьте мелко нарезанную зелень и соль. Все вылейте на

горячую сковороду со сливочным маслом и, помешивая, жарьте на сильном огне. Как только масса сделается густой, прекратите помешивание, края омлета загните ножом с двух сторон к середине, придайте ему форму продолговатого пирожка. Когда нижняя сторона омлета поджарится, переложите его на подогретое блюдо швом вниз, наверх выложите кружочки помидоров и посыпьте перцем.

***ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ***

***Требуется:*** *3 яйца, 45 г молока, 100 г свежих яблок, 25 г сливочного масла, зелень.*

***Способ приготовления.*** Свежие некислые яблоки очистите от кожицы и семенных коробочек, нарежьте кубиками размером около 1 см и слегка поджарьте на сковороде с маслом. Смешайте яйца с молоком, взбейте, вылейте яичную массу на яблоки, перемешайте и поджарьте. Перед подачей посыпьте зеленью петрушки, укропа.

***ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ***

***Требуется:*** *3–4 яйца, 35 г молока, 50 г свежих яблок, 30 г болгарского перца, зелень.*

***Способ приготовления.*** У перца срежьте верхушку, выньте сердцевину, порежьте кружочками и слегка поджарьте на сковороде. Яичную массу вылейте на перец. Яблоки очистите от кожуры, порежьте тонкими дольками и уложите их поверх яичницы. Когда омлет поджарится, посыпьте его зеленью.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

В Книгу рекордов Гиннеса были занесены самые большие рыбники — запеченные в ржаном тесте кусочки рыбы и свинины — длиной 6 м 13 см, вес их составил 13 кг. Такой рыбник был испечен в Куопио. Рыбник считается национальным блюдом в Финляндии, на родном наречии его называют «калекукко». Для приготовления такого гигантского калекукко поварам потребовалось 70 кг ряпушки, 41 кг теста, 25 кг свинины и 950 г соли.

***ОМЛЕТ СВЕКОЛЬНЫЙ***

***Требуется:*** *небольшая свекла, 6 яиц, по 50 г сахара, молока и сметаны, 40 г грецких орехов, 20 г сливочного маргарина, соль.*

***Способ приготовления.*** Сварите свеклу в подслащенной воде, остудите. Разбейте в глубокую тарелку яйца, посолите их, добавьте молоко и тщательно взбейте. Размельчите грецкие орехи, положите их в сметану и хорошо перемешайте. Готовую

свеклу натрите на крупной терке и, выложив ее на хорошо нагретую сковороду с растопленным маргарином, жарьте 2–3 минуты. По истечении этого времени вылейте в свеклу взбитые яйца с молоком. Полученную массу хорошо перемешайте и разровняйте ее поверхность.

Когда омлет поджарится, выложите его на большую тарелку и помажьте сметаной, смешанной с орехами.

***ОМЛЕТ СО СМЕТАНОЙ***

***Требуется:*** *4 яйца, 45 г молока, 15 г сливочного масла, 20 г сметаны.*

***Способ приготовления.*** Взбейте яйца с молоком. Яичную массу вылейте на хорошо разогретую сковороду с растопленным сливочным маслом и жарьте до образования золотистой корочки.

Когда омлет будет готов, выложите его на блюдо и полейте горячей сметаной.

***ОМЛЕТ СО СМЕТАНОЙ И СЫРОМ***

***Требуется:*** *5 яиц, 15 г сметаны, 50 г сыра, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Яйца смешайте со сметаной, посолите и вылейте на сковороду. Когда нижняя часть омлета поджарится, посыпьте омлет тертым сыром и мелко нарезанной зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы узнать свежесть рыбы, опустите ее в таз с водой. При погружении в воду свежая рыба тонет. У доброкачественной парной рыбы гладкая, блестящая, плотно прилегающая к телу чешуя, выпуклые глаза, жабры ярко-красного цвета, брюхо не вздутое.

***ОМЛЕТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ***

***Требуется:*** *2 яйца, 15–20 г молока, 70 г капусты белокочанной свежей, 10 г сливочного масла или свиного сала.*

***Способ приготовления.*** Свежую рубленую капусту посолите, пропустите с небольшим количеством сливочного масла или свиного сала. Смешайте с яичной массой и запеките в духовке. Готовый омлет должен иметь нежную, слегка упругую консистенцию и поджаристую верхнюю корочку.

***ОМЛЕТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ Требуется:*** *4 яйца, 45 г молока, 60 г картофеля, масло растительное или подсолнечное, зелень, соль.*

***Способ приготовления.*** Взбейте яйца с молоком. Почистите

картофель и нарежьте кубиками размером 1–1,5 см, поджарьте до готовности. На сковороду или противень с картофелем вылейте яичную массу и запеките. При подаче к столу посыпьте зеленью.

***ОМЛЕТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ***

***Требуется:*** *2–3 яйца, 30 г молодого картофеля, 20 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 35 г молока, соль.*

***Способ приготовления.*** Картофель порежьте тонкой соломкой. Лук нарежьте кольцами и вместе с картофелем поджарьте на сливочном масле в сковороде. Яйца взбейте с молоком и залейте этой смесью картофель с луком. Приготовленный омлет выложите на плоское широкое блюдо.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если рыба пахнет тиной, вымойте ее в крепком холодном растворе соли или за час до варки положите в воду с уксусом (2 ст. л. уксуса на 1 л воды).

***ОМЛЕТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И СЫРОМ***

***Требуется:*** *3–5 яиц, по 25 г картофеля и сыра, растительное масло, 30 г молока, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Яйца взбейте с молоком, картофель порежьте дольками и обжарьте в сковороде на растительном масле. Поверх картофеля положите пластинки сыра и все залейте яичной смесью. Сковороду накройте крышкой и жарьте около 3 минут.

Перед подачей к столу посыпьте омлет черным или красным молотым перцем.

***ОМЛЕТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАШЕЙ***

***Требуется:*** *6 яиц, 500 г молока, соль, 200 г риса, 90 г томатного соуса, 20 г маргарина, веточка укропа.*

***Способ приготовления.*** Промойте рис, залейте кипящим молоком, посолите и держите на огне, пока рис не сварится. Если в рисовой каше осталось молоко, слейте его в отдельную посуду. Разбейте в кружку яйца и, посолив их, хорошенько взбейте. Нагрейте сковороду, растопите маргарин, выложите в него рисовую кашу, разровняйте поверхность лопаточкой и залейте взбитым яйцом. Когда нижняя поверхность запеканки поджарится, переверните ее и поджарьте другую сторону.

Готовую запеканку выложите на блюдо, размажьте по ее поверхности томатный соус и посыпьте порезанным укропом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Жареная рыба получается особенно вкусной, если подержите ее 5—10 минут в молоке, затем вываляете в муке и зажарите в кипящем растительном масле. Чтобы при жарке рыба не развалилась на куски, посолите ее за 10–15 минут до жарки.

***ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНКОЙ***

***Требуется:*** *300 г печенки, луковица, 100 г свежих помидоров, 4 яйца, 90 г растительного масла, 60 г молока, 10 г зеленого лука, соль.*

***Способ приготовления.*** Печень порежьте на небольшие кусочки и выложите их на нагретую сковороду в растительное масло. Когда печень утратит «сырой» вид и станет мягкой, выложите ее на тарелку. Очистите лук и, мелко его порезав, спассеруйте в том же масле, в котором готовилась печень. Вымойте помидоры и порежьте их на кубики. Готовую печень и помидоры положите в спассерованный лук, хорошо перемешайте полученную массу и сразу же залейте молоком, смешанным с яйцом. Когда поджарится низ омлета, переверните его с помощью крышки от сковороды и поджарьте другую сторону.

Приготовленный омлет выложите на тарелку, посыпьте его поверхность мелко порезанным луком.

***ПЕЛЬМЕНИ С ОВОЩНОЙ НАЧИНКОЙ***

***Требуется:*** *300 г пшеничной муки, 120 г воды, яйцо, соль.*

***Для начинки:*** *по 200 г сырого картофеля и свежей капусты, луковица, вода, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Приготовьте обычное пельменное тесто. Дайте ему настоятся в течение примерно 30 минут.

Картофель очистите и сварите сухое пюре. Оно должно быть рассыпчатым, без молока и масла. Капусту мелко нашинкуйте. Смешайте картофельное пюре с нарезанной капустой, добавьте соль и перец. Обжарьте лук на масле до образования золотистой корочки, затем положите смешанное с капустой картофельное пюре и обжаривайте 10— минут.

Далее пельмени приготавливаются обычным способом, только вместо мясного фарша используется овощная начинка.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Алкогольные напитки со льдом или газированной водой подаются в высоких стаканах, чем выше, тем лучше. Водку или ликер следует подавать в маленьких рюмках с ножкой или без нее (в стопочках).

***ПЛОВ С БАРАНИНОЙ***

***Требуется:*** *250 г риса, 750 г воды, 300 г молодой баранины, по 2 луковицы и моркови, 6 горошин черного перца, болгарский сладкий перец, соль, по пучку укропа и петрушки, 120 г растительного масла.*

***Способ приготовления.*** Баранину нарежьте кусочками толщиной 2 см. Морковь натрите на крупной терке, лук порежьте полукольцами толщиной 1/2 см. Все выложите на сковороду, посолите и обжарьте в растительном масле. Рис засыпьте в кипящую воду и варите 10 минут. В казан выложите баранину, затем рис, пересыпая его слоями лука, моркови и зеленого перца, нарезанного колечками. Равномерно распределите горошины черного перца, поставьте в духовку. За минуту до готовности засыпьте мелко нарезанными укропом и петрушкой.

***ПЛОВ С ГРИБАМИ И ПОМИДОРИНАМИ***

***Требуется:*** *250 г риса, 750 г воды, 500 г белых грибов, 6 помидоров, луковица, морковь, 120 г растительного масла, 50 г острого томатного соуса, соль, по пучку укропа и петрушки.*

***Способ приготовления.*** Грибы отварите, порежьте кусочками. Морковь натрите на крупной терке, лук порежьте. В небольшом количестве растительного масла обжарьте грибы, лук и морковь. Рис засыпьте в кипящую соленую воду и варите 15 минут. Помидоры вымойте и порежьте колечками толщиной 1/2 см. В казан послойно выложите рис, грибы с луком и морковью, колечки томата. Залейте оставшимся растительным маслом и острым томатным соусом. Накройте плов крышкой и поставьте в духовку. За минуту до готовности засыпьте мелко нарезанными укропом и петрушкой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Не давайте сильно кипеть жидкости, в которой жарится рыба. Перед тем как жарить рыбу, вытрите ее полотенцем.

***ПЛОВ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ***

***Требуется:*** *500 г риса, по 300 г кураги и сливочного масла, 200 г изюма, соль.*

***Способ приготовления.*** Курагу, мелко порезав, смешайте с изюмом. Растопите в казанке половину масла. На него выложите немного кураги с изюмом, сверху положите тонкий слой промытого риса и так выкладывайте по нескольку слоев сушеных фруктов и риса, чтобы верхний слой был из риса. Поверхность приготовленной массы полейте остатками масла, предварительно растопив его, и добавьте подсоленной воды, чтобы только прикрыть верхний слой. Казанок поставьте на маленький огонь,

закрыв крышкой. Содержимое тушите 1–1,5 часа.

***ПЛОВ С КУРИЦЕЙ***

***Требуется:*** *250 г риса, 750 г воды, 350 г жирной курицы, по 2 луковицы и моркови, 6 горошин черного перца, растительное масло, 70 г острого томатного соуса, соль, по пучку укропа и петрушки.*

***Способ приготовления.*** Курицу нарежьте кусочками, посолите. Морковь натрите на крупной терке, лук нарежьте. Обжарьте в растительном масле курицу, морковь и лук. Рис засыпьте в кипящую соленую воду и варите 15 минут. В казан выложите сначала курицу, затем рис, пересыпая луком и морковью. Равномерно по поверхности распределите горошины черного перца. Залейте плов смесью из растительного масла и острого томатного соуса. Готовое блюдо посыпьте мелко нарезанными укропом и петрушкой.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Коньяк лучше всего наливать в так называемые рюмки-шарики. Они могут быть огромными, но наливать напиток надо «на донышко».

***СЫРНИКИ ВАРЕНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г свежего творога, 3 яйца, 750 г муки, 250 г сахара, 10 г соды, уксусная эссенция.*

***Способ приготовления.*** Творог хорошо разомните ложкой, чтобы не было комочков, добавьте яйца, сахар, муку, соду погасите и тоже введите в основную массу. Хорошо размешайте до однородного состояния и полного растворения сахара. Доведите до кипения воду и небольшими порциями (десертной ложкой) опускайте в воду массу. Варите до полной готовности. Затем шумовкой выньте сырники из воды и запустите новую партию.

Вареные сырники подавайте горячими со сладким, лучше всего сметанным, соусом.

***СЫРНИКИ ЖАРЕНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г свежего творога, 10 г пищевой соды, 250 г сахара, 3 яйца, 500 г муки, 100–120 г сливочного масла, уксусная эссенция.*

***Способ приготовления.*** Творог разомните ложкой, влейте яйца и хорошо размешайте. Всыпьте сахар, муку, соду погасите и добавьте к творогу. Все еще раз хорошо перемешайте до однородного состояния. Масса должна получиться достаточно клейкой, чтобы сырники не расплывались, но и не разваливались. Разогрейте сковороду, растопите на ней масло и выкладывайте

столовой ложкой порции творожной массы на сковороду. Обжаривайте до коричнево-золотистого цвета с обеих сторон.

Жареные сырники можно подавать как в горячем, так и в холодном виде со сладким соусом или взбитыми сливками.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы перенести тонко раскатанное тесто на лист, посыпьте его мукой, наверните на скалку. Чтобы тесто не подгорело при выпечке, посыпьте под формы немного соли.

***СЫРНИКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г картофеля, 3–4 яйца, 500 г муки, 200 г растительного или сливочного масла, соль, 10 г пищевой соды, уксусная эссенция.*

***Способ приготовления.*** Картофель натрите на мелкой терке. Введите яйца, всыпьте муку и хорошо перемешайте. Соду погасите и добавьте к картофелю, посолите. Хорошо разогрейте сковороду с маслом и небольшими порциями столовой ложкой выкладывайте картофельную массу на сковороду. Обжаривайте с обеих сторон до коричнево-золотистого цвета, до готовности.

Картофельные сырники подавайте в горячем виде с соусами или просто с майонезом.

***СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ***

***Требуется:*** *450 г моркови, 4 яйца, 500 г муки, 300 г сливочного масла, 200 г сахара, 7 г пищевой соды, уксусная эссенция.*

***Способ приготовления.*** Морковь залейте водой и варите до готовности. Воду слейте, морковь натрите на мелкой терке. Всыпьте муку, сахар, добавьте яйца, соду погасите и тоже введите в основную массу. Все тщательно перемешайте до однородности. Хорошо разогрейте сковороду с маслом и обжаривайте сырники до оранжево-золотистого цвета.

Морковные сырники подавайте как в горячем, так и в холодном виде со сладким соусом

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

По поводу хрена деревенского до сих пор продолжаются споры между исследователями. Большинство ботаников считают, что хрен относится к исконно русским пряностям. Но историки утверждают, что впервые о нем упоминали еще древние римляне. Известно, что его использовали и греки, и египтяне. Благодаря археологическим раскопкам был найден папирус, который относят к 1500 г. до н. э., в нем греки описывают хрен, как одну из самых острых приправ. Но, несмотря на такие веские доказательства, ботаники остаются при своем мнении.

***ТВОРОЖНО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ КЛЕЦКИ***

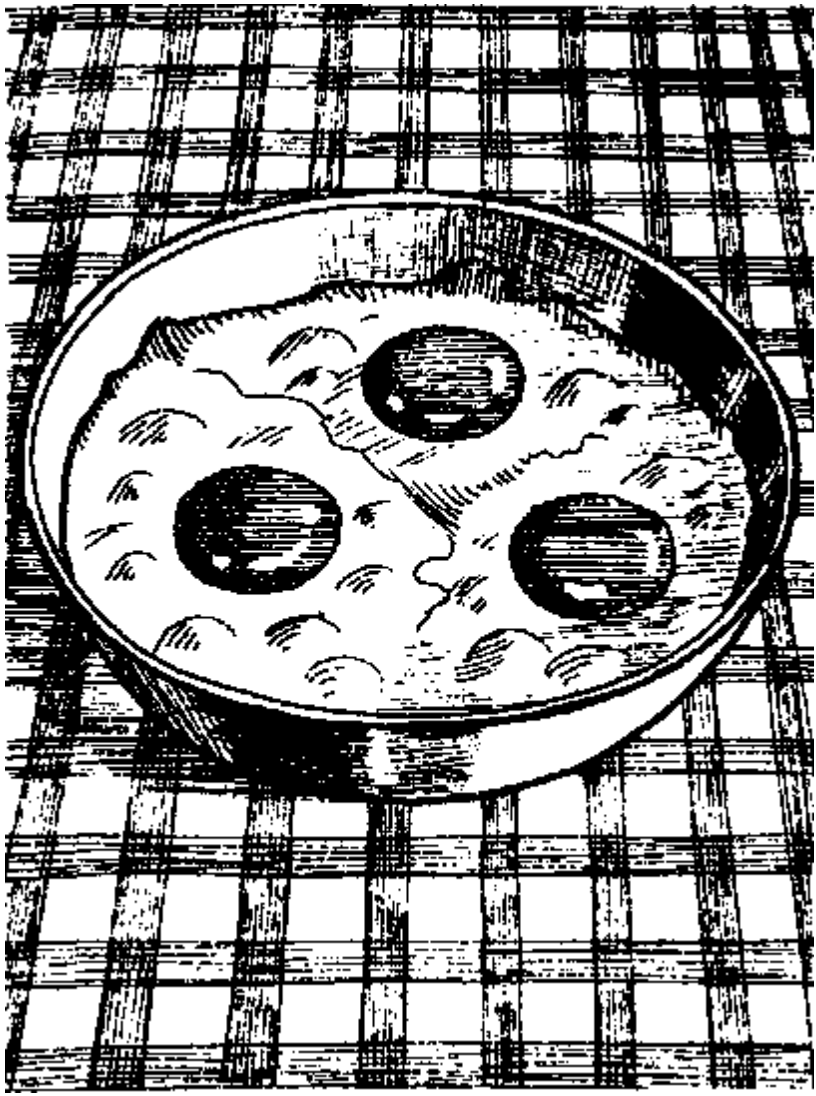
***Требуется:*** *5 картофелин среднего размера, 90 г сливочного масла, 120 г творога, 2 яйца, 60 г муки, соль, 30 г измельченной петрушки, 1 л бульона.*

***Способ приготовления.*** Картофель сварите в небольшом количестве воды или молока. Слейте воду, растолките горячий картофель в пюре. Творог протрите через сито, смешайте со взбитыми яйцами, картофельным пюре, мукой и маслом, добавьте соль и измельченную зелень петрушки. Массу хорошенько вымесите до однородного состояния. Клецки опускайте чайной ложкой в кипящий процеженный бульон, каждый раз обмакивая ложку в горячую воду. Варите до готовности под крышкой, пока клецки не всплывут. Подавайте со сметаной.

***ЯИЧНИЦА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (ГЛАЗУНЬЯ)***

***Требуется:*** *4 яйца, соль, головка репчатого лука, 30 г укропа, помидор, 10 г сливочного маргарина.*

***Способ приготовления.*** Лук мелко нарежьте. На хорошо нагретую сковороду положите маргарин и, растопив его, спассеруйте лук на медленном огне, чтобы не пригорел. Разбейте на сковороду яйца так, чтобы их желтки не расплылись, посолите. Готовую яичницу выложите на тарелку и посыпьте ее зеленью. Порежьте помидор на тонкие ломтики и выложите их по краям яичницы.



***ЯИЧНИЦА С ПОМИДОРАМИ И СЫРОМ***

***Требуется:*** *4 яйца, 200 г помидоров, 50 г сыра, 50 г масла сливочного, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Нарежьте помидоры небольшими кусочками и положите их на разогретую сковороду с растопленным маслом. Посолите и поперчите. Слегка обжарьте помидоры, а затем залейте их взбитыми яйцами и запекайте в духовке до готовности.

При подаче посыпьте яичницу тертым сыром и зеленью.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Заройте хлебные дрожжи в муку или мелкую соль — и они станут пригодными для готовки в течение более продолжительного времени.

***ЯИЧНИЦА С СЫРОМ И ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *4 яйца, 70 г сыра, 100 г грибов, 50 г масла сливочного, лук, соль, зелень.*

***Способ приготовления.*** Тщательно промойте и нарежьте на небольшие кусочки грибы, обжарьте их на сковороде с мелко нашинкованным луком. Посыпьте грибы половиной всего количества сыра и залейте слегка взбитыми яйцами. Когда размешаете, посыпьте оставшимся тертым сыром и запеките в духовом шкафу.

# КАШИ

***КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *500 г гречневой крупы, 1 л воды, 2 большие луковицы, морковь, 50 г растительного масла или маргарина, соль, молотый черный перец, пучок петрушки.*

***Способ приготовления.*** Вскипятите воду, посолите, засыпьте гречневую крупу. Доведите до кипения на сильном огне, затем убавьте и накройте крышкой. Варите кашу в течение 20–25 минут. Лук мелко нарежьте, морковь натрите на мелкой терке. В сковороду положите растительное масло или маргарин, хорошо разогрейте, обжарьте лук и морковь. За 5 минут до готовности кашу посыпьте молотым черным перцем, смешайте с луком и морковью.

Перед употреблением посыпьте гречневую кашу мелко нарезанной петрушкой. Эта каша обычно подается с гуляшом из баранины.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Порежьте дрожжи мелко, сложите в банку, залейте холодной водой и поставьте в холодное темное место — это позволит сохранить их качества более длительное время.

***КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ***

***Требуется:*** *500 г гречневой крупы, 1 л воды, 750–900 г нежирного молока, соль, по 50 г*

*сливочного масла и сахара, клубничное или абрикосовое варенье.*

***Способ приготовления.*** Воду посолите, вскипятите, засыпьте заранее промытую и подсушенную гречневую крупу. Доведите до кипения, убавьте огонь, накройте кастрюлю крышкой, варите кашу 20–25 минут на медленном огне. Снимите с огня, добавьте в кашу сливочное масло, растворите его. Посуду с кашей накройте полотенцем и дайте настояться 15 минут. В каждую порцию отдельно добавляйте сахар, варенье (лучше вместе с ягодами) и заливайте кипяченое остывшее молоко, все хорошо перемешивайте.

***КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЯЙЦАМИ***

***Требуется:*** *500 г гречневой крупы, 750 г воды, 3 яйца, 50 г сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** В воду добавьте соль, вскипятите. В

кипящую подсоленную воду засыпьте гречневую крупу, перемешайте, удалите шумовкой всплывшие зерна и, периодически помешивая, варите до загустения 15–20 минут. Когда каша загустеет, кастрюлю плотно закройте крышкой и поставьте на 3–4 часа для упревания. Сварите вкрутую яйца, очистите и нарубите. Перед подачей к столу в кашу положите яйца, добавьте масло.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Вино должно заполнять бокал или фужер на три четверти объема. Крепкие напитки, которые подаются со льдом или газированной водой, наливаются на одну треть бокала.

***КАША ИЗ ТЫКВЫ***

***Требуется:*** *1 кг тыквы, 1 л воды, соль, 75 г сахара, 50 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Тыкву нарежьте кусочками, залейте горячей подсоленной водой и, закрыв кастрюлю крышкой, варите 15–20 минут. После этого снимите кастрюлю с огня и поставьте в духовой шкаф, чтобы тыква потомилась 20–30 минут, посыпьте сахаром. Готовую тыкву можно подать с маслом, сметаной или сухарным соусом.

***КАША МАННАЯ***

***Требуется:*** *250 г манной крупы, 1,2 л молока, 30 г сахара, соль, 40 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Молоко влейте в кастрюлю и, постоянно помешивая, чтобы не пригорело, доведите до кипения. В кипящее молоко тонкой струйкой всыпьте крупу. Постоянно помешивайте и постарайтесь хорошо размешать, чтобы не было комочков и каша была однородной, варите 10–15 минут до загустения. После этого запустите сахар, соль и хорошо размешайте. Когда каша будет готова, положите в нее масло.

***КАША ОВСЯНАЯ***

***Требуется:*** *250 г дробленой овсяной крупы, 500 г молока, соль, 40 г сливочного масла. (Для каши из хлопьев: 400 г хлопьев, 1,2 л молока, соль, 50 г масла.)*

***Способ приготовления.*** Молоко влейте в кастрюлю и, постоянно помешивая, доведите до кипения. В кипящее молоко всыпьте крупу, соль и варите на слабом огне, непрерывно помешивая, 20–30 минут до загустения. Заправьте маслом.

Овсяную кашу можно сварить из овсяных хлопьев. Для этого в горячее молоко всыпьте хлопья, варите 10–15 минут до

загустения, посолите и размешайте. В готовую кашу добавьте масло.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Бутылки с напитками ставят в разных концах стола, но ближе к середине. Не обязательно подавать напитки в тех бутылках, в которых они были куплены. Можно перелить их в красивые разноцветные кувшины и графины.

***КАША ПШЕНИЧНАЯ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *500 г дробленой пшеничной крупы, 1,2 л воды, 100 г свежих грибов, средняя луковица, 100 г сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** В кипящую подсоленную воду запустите предварительно промытую крупу (если крупа мелкодробленая, промывать не надо). Варите, помешивая, 10–20 минут. Когда каша загустеет, закройте кастрюлю крышкой и поставьте ее на 40–50 минут для упревания. Грибы нарежьте мелкими ломтиками, проварите в подсоленной воде в течение 5 минут, откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь и обжарьте их на хорошо разогретой сковороде с маслом до готовности. Вместе с грибами обжарьте и мелко нарубленный лук. Когда каша будет готова, выложите в нее грибы с луком, заправьте маслом и хорошо размешайте.

***КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ***

***Требуется:*** *250 г пшена, 500 г тыквы, 750 г воды или молока, соль, 70 г масла.*

***Способ приготовления.*** Свежую тыкву мелко нарежьте и залейте водой, варите 10–15 минут. Затем всыпьте пшено, добавьте соль и, помешивая, варите еще 15–20 минут. Загустевшую кашу закройте крышкой и поставьте на 25–30 минут для упревания. Отдельно подайте масло. Пшенную кашу с тыквой можно приготовить и на молоке. Для этого вместо воды используйте молоко.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если вы хотите, чтобы дрожжи не потеряли своих свойств, перетрите их с мукой, подсушите и положите в стакан или банку. Посыпьте мукой.

***КАША РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ***

***Требуется:*** *250 г риса, 500 г тыквы, 1 л молока, 30 г сахара, соль.*

***Способ приготовления.*** Предварительно очищенную тыкву

мелко нарежьте, залейте водой, кипятите 10–15 минут. Промойте рис, засыпьте в кипящую воду и варите 5–8 минут, после чего выложите в дуршлаг или решето и дайте воде стечь. Как только вода стечет, переложите рис в кастрюлю с горячим молоком и, помешивая, варите его на слабом огне 15 минут, затем добавьте сахар и соль и размешайте. Переложите тыкву в рис, накройте кастрюлю крышкой и поставьте для упревания на 10–15 минут на водяную баню. При подаче к столу положите в кашу масло.

# БЛЮДА ИЗ МЯСА

***АНТРЕКОТ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *160 г говядины, 50 г мясного бульона, 15 г корня хрена, 2 луковицы, зелень, соль, перец, 30 г сала говяжьего топленого, фритюрный жир.*

***Способ приготовления.*** Кусок мяса, отрезанный от говяжьего толстого края, слегка отбейте, посолите, поперчите и обжарьте до появления румяной корочки на говяжьем сале. Лук мелко нарежьте и обжарьте во фритюре. При подаче к столу уложите антрекот на овальное блюдо или тарелку. С одной стороны мяса положите гарнир (картофель, рис, капусту, грибы и т. д.), с другой — кучку мелко настроганного хрена и жареный лук. Все полейте мясным бульоном.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы не покупать дрожжи в магазине, приготовьте их в домашних условиях. Залейте хмель двойным количеством воды, прокипятите, часто опускайте всплывший хмель в воду, до уменьшения воды вдвое. Процедите и растворите сахар (1 ст. л. на 1 стакан отвара) и добавьте 1/2 стакана пшеничной муки. Полученную массу поставьте, прикрыв тканью, в теплое место на двое суток. Готовые дрожжи разлейте в бутылки и закупорьте. Храните в прохладном месте.

***БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ***

***Требуется:*** *500 г баранины, 400 г картофеля, 20 г твердого сыра, 100 г мясного бульона, маргарин, сливочное масло, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Мясо от задней ноги, спинной или поясничной части освободите от костей, грубых сухожилий и пленок, нарежьте его поперек волокон на несколько порционных кусков, слегка отбейте, посолите и поперчите по вкусу. Мясо жарьте на маргарине до готовности. Затем куски уложите на дно порционной сковороды или блюда, смазанного сливочным маслом, покройте ломтиками вареного картофеля, залейте бульоном, посыпьте тертым сыром и запекайте в духовке со средним жаром примерно 15–20 минут.

***БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦАМИ И ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *по 500 г баранины и кабачков или баклажанов, 50 г сливочного масла, 200 г сметаны, 60 г твердого сыра, 4 яйца,*

*20 г муки, соль, зелень, перец.*

***Способ приготовления.*** Овощи нарежьте ломтиками толщиной 6–8 мм, запанируйте в пшеничной муке и обжарьте на сливочном масле. Баранину обработайте, нарежьте на порционные куски и обжарьте в масле до готовности. В блюдо или порционную сковороду уложите баранину, покройте ее ломтиками жареных овощей, залейте сметаной, смешанной с сырыми яйцами, солью, тертым сыром, и запеките в духовом шкафу. При желании, к овощам можно добавить еще и томаты. При подаче к столу украсьте блюдо зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ Бутылки с шампанским очень хорошо смотрятся в специально предназначенных для этой цели блестящих ведерках со специальным льдом.

***БАРАНИНА, ТУШЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ***

***Требуется:*** *500 г баранины, 50 г бараньего жира или маргарина, по 100 г репчатого лука и помидоров, 200 г моркови, 800 г картофеля, зелень, кинза.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте кусочками, морковь нарежьте небольшими кубиками, а лук — кольцами и обжарьте все вместе на жире. Затем добавьте нарезанные половинками помидоры, все залейте водой и тушите в закрытой посуде 15–20 минут. После этого положите нарезанный кубиками картофель, накройте крышкой и тушите до готовности мяса и картофеля. При подаче посыпьте зеленью — кинзой или петрушкой.

***БЕФСТРОГАНОВ***

***Требуется:*** *500 г говядины, 50 г топленого масла или маргарина, 150 г сметаны, 80 г томата пюре, 200 г репчатого лука, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Вырезку говядины (или спинную или поясничную часть) нарежьте на широкие ломти толщиной до 20 мм, эти ломти хорошенько отбейте так, чтобы их толщина уменьшилась примерно наполовину. После этого нарежьте мясо на тонкие полоски длиной до 3–4 см, посолите, поперчите и обжарьте на разогретой сковороде или противне. Поджаренное мясо залейте сметаной, добавьте томат-пюре и спассерованный лук и доведите до кипения, но не кипятите. Подавайте это блюдо с жареным картофелем.

***БИФШТЕКС ГОВЯЖИЙ***

***Требуется:*** *500 г говядины, 200 г мясного бульона, по 40 г сливочного масла и корня хрена, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Из говяжьей вырезки нарежьте порционные куски толщиной примерно 2–3 см, отбейте, чтобы толщина ломтей уменьшилась примерно наполовину, и придайте им овальную или округлую форму. Мясо посолите и поперчите и обжаривайте на сливочном масле от 7 до 15 минут, в зависимости от того, какое мясо вы предпочитаете — с кровью, среднезажаренное или с поджаристой корочкой.

При подаче к столу рядом с мясом положите с одной стороны гарнир, а с другой — горку тертого хрена и полейте маслом и мясным бульоном, смешанным с жиром, оставшимся после жарки.

### *БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ, С ЯЙЦОМ И ЛУКОМ*

***Требуется;*** *450 г говядины, 100 г говяжьего сала, 5 яиц, 50 г молока, 250 г репчатого лука, масло сливочное, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Мясо очистите от костей, сухожилий, пленок, пропустите через мясорубку и добавьте соль, молотый перец, сырое яйцо и молоко. Тщательно перемешайте. Из этой массы сформуйте битки и пожарьте их в большом количестве жира 7— 15 минут вместе с нарезанным кружочками луком, периодически переворачивая и лук, и бифштекс. Подавайте бифштекс с гарниром, рядом с куском мяса положите жареный лук, а на него — яичницу-глазунью из одного яйца. Все посыпьте зеленью.

### *БИФШТЕКС СВИНОЙ, С ЯЙЦОМ И ЛУКОМ*

***Требуется:*** *500 г свинины; 200 г мясного бульона, 40 г сливочного масла, 4 яйца, 400 г репчатого лука, мука, фритюрный жир, соль, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте порционными кусками толщиной 20–30 мм и хорошенько отбейте. Отбитые куски мяса посолите и поперчите, прожарьте на сковороде от 7 до 15 минут. Лук нарежьте кольцами, обваляйте в пшеничной муке и обжарьте в большом количестве жира, затем выньте лук шумовкой и слегка посыпьте его мелкой столовой солью. При подаче к столу на тарелку с одной стороны куска мяса положите гарнир, с другой — жареный лук. На сам кусок мяса положите яичницу-глазунью из одного яйца, посыпьте зеленью.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Несколько лет назад в Марселе было изготовлено самое огромное «яйцо». Оно было сделано из чистого шоколада. Для его приготовления потребовалось полторы тонны шоколада, высота такого яйца составила 5 м 8 см. Его изготовили ученики одного местного лицея. Шоколадное чудо было выставлено на

международной выставке в Марселе.

***ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ; С ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *500 г жирной говядины, 300 г картофеля, 200 г свежей капусты, по 100 г моркови и лука, 80 г репы, по 50 г корня петрушки, маргарина и муки, зубчик чеснока, масло топленое или сало свиное, соль, перец горошком, лавровый лист, зелень.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте кусками толщиной 2–3 см, погрузите в кипящую воду и варите час. Затем выньте его и переложите в другую посуду. Бульон, оставшийся от варки мяса, тщательно процедите, запустите в него целые некрупные клубни картофеля, морковь, репу, лук, петрушку, нарезанную капусту, перец, лавровый лист и снова положите туда мясо. Бульон посолите и варите до готовности мяса и овощей. После этого бульон слейте и приготовьте из него белый соус.

Соус готовится следующим образом: возьмите маргарин и выпарите из него всю воду, добавьте в него сухую пшеничную муку и нагревайте ее при температуре 110–120 °С, пока мука не станет золотистого цвета. Затем влейте тонкой струйкой в муку горячий бульон, тщательно перемешайте и варите на медленном огне 40–45 минут, периодически помешивая. Готовый соус процедите, добавьте к мясу и овощам, туда же положите протертый с солью чеснок и прокипятите. При подаче посыпьте свежей зеленью.

***ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ ПО-РУССКИ (С ОВОЩАМИ)***

***Требуется:*** *500 г говядины, 100 г репчатого лука, 40 г сельдерея, по 50 г ржаного хлеба, моркови, сметаны и шпика, 400 г*

*мясного бульона, сало свиное топленое, мука, перец горошком, лавровый лист, зелень.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте поперек волокон ломтями, обваляйте их в муке и обжарьте на жиру с обеих сторон до появления поджаристой корочки. Дно глубокого сотейника покройте тонким слоем свиного шпика и уложите на него куски обжаренного мяса. На мясо кладите репчатый лук, морковь, сельдерей, нарезанные соломкой, нарезанный кубиками ржаной хлеб, лавровый лист и перец горошком. На овощи укладывайте следующий слой обжаренного мяса, аналогичным образом покройте слоями овощей, хлеба и специями. Все залейте мясным бульоном и доведите до кипения. Затем поместите в духовку на 2 часа. За полчаса до готовности добавьте сметану. Подавайте с гарниром — отварным картофелем.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если домашнее печенье пригорело, остудите его, а потом осторожно проведите по нему несколько раз мелкой теркой и посыпьте сахаром.

***ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *500 г говядины, 200 г свиной копченой грудинки, 100 г лука, по 50 г маргарина и томата пюре, 240 г грибов (белых или шампиньонов), 30 г красного вина, 120 г мясного бульона, 140 г муки, соль, перец, лавровый лист.*

***Способ приготовления.*** Мякоть говядины нарежьте на порционные куски. Мясо обжарьте на маргарине с репчатым луком и нарезанной кубиками свиной грудинкой. Залейте бульоном, добавьте вино, перец, лавровый лист и тушите до готовности. Из бульона, в котором тушилось мясо, приготовьте соус. Муку нагрейте на противне или сковороде, пока она не станет золотистого цвета, введите в нее в бульон, куда также положите мелко нарезанные грибы и томат- пюре. Кипятите примерно 40–45 минут. В приготовленный соус положите мясо и прокипятите. Подавайте с рисом, макаронами, отварным картофелем.

***ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ***

***Требуется:*** *500 г говядины, 400 г картофеля, 50 г моркови, по 100 г неострого кетчупа и лука, 60 г маргарина, 40 г муки, соль, перец, базилик, лавровый лист, зелень.*

***Способ приготовления.*** Говядину тщательно обработайте, нарежьте порционными кусками, отбейте, обваляйте в муке, посолите и поперчите и слегка обжарьте на жиру. В кастрюльку

или сотейник, смазанный жиром, уложите слоями говядину и крупно порезанный картофель, пересыпая все луком и морковью. Бульон перемешайте с кетчупом и добавьте к мясу. Положите перец горошком, базилик, лавровый лист и тушите в духовке до готовности. При подаче к столу посыпьте блюдо зеленью.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Учтите, что к десерту принято подавать белое или красное сладкое или полусладкое вино, также можно подать мускатные вина, сладкие и полусладкие; к кофе подают ликер или коньяк.

***ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *500 г говядины, 400 г репчатого лука, 50 г маргарина, 20 г винного уксуса или 30 г сухого вина, 250 г бульона, мука, кориандр, перец горошком, перец молотый, зелень.*

***Способ приготовления.*** Говядину нарежьте на порционные куски, посолите и поперчите, обваляйте в муке и обжарьте на жире. В глубокий сотейник положите нашинкованный репчатый лук слоем в 1 см, на него слой мяса, а на мясо — снова лук и т. д. Залейте это бульоном, добавьте перец горошком, кориандр и лавровый лист и тушите в духовке до готовности. С приготовленного мяса слейте часть бульона, в который добавьте уксус или вино и муку, смешанную с жиром. Все это, помешивая, доведите до кипения. Получившийся соус осторожно вылейте в мясо, перемешайте и прокипятите. Подавайте с вареным картофелем, на кусок мяса положите лук и посыпьте зеленью.

***ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С РИСОМ***

***Требуется:*** *500 г говядины, по 100 г риса, маргарина, капусты и баклажанов, 50 г репчатого лука, 200 г помидоров, 400 г картофеля, соль.*

***Способ приготовления.*** Говядину нарежьте ломтями, а баклажаны и картофель — кубиками и все отдельно обжарьте на маргарине. Капусту ошпарьте подсоленным кипятком (10 г соли на 1 л воды), репчатый лук обжарьте на маргарине. В сотейник уложите подготовленные овощи слоями, на них — мясо и рис. Сверху положите нарезанные половинками помидоры, залейте все бульоном и тушите до готовности мяса.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если тесто пересоленное, замесите новую порцию совсем без соли и тщательно смешайте с пересоленным.

***ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ***

***Требуется:*** *по 500 г капусты и говядины, 100 г риса, 200 г репчатого лука, 300 г сметаны, томат-пюре, по 60 г масла сливочного и муки, перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Листья капусты запустите в кипящую воду и варите 15–20 минут. Сваренные до полуготовности капустные листья выньте, остудите и слегка отбейте черешки тяпкой. На листья выложите фарш и заверните в виде рулетиков.

Фарш готовьте следующим образом: в провернутое три раза через мясорубку мясо добавьте воды (примерно 20 % от веса мяса), сваренный до полуготовности рис, спассерованный лук, соль, перец. Голубцы обваляйте в муке, обжарьте на противне или сковороде, залейте сметанным соусом с томатом и луком и запекайте в духовке до готовности.

Для соуса в нагретую до кипения сметану добавьте нагретую без жира муку (муку сушите при 110–120 °С, не допуская изменения ее цвета), затем спассерованный лук, соль, молотый перец и томат-пюре и варите при слабом кипении 10–15 минут. Подавайте голубцы с тем соусом, в котором они тушились.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Прежде чем замешивать тесто, просейте муку: это обогатит ее кислородом и разрыхлит. Тесто получится гораздо пышнее.

***ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г постного мяса, почка, по 30 г сливочного масла и муки, 60 г сметаны, 15 г жира, головка репчатого лука, горчица, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте поперек волокон на 4–5 частей, посыпьте солью и перцем. Почку тщательно промойте, разрежьте на 4–5 частей и варите в большом количестве воды 10 минут. Почку положите на ломтики мяса, посыпьте солью, перцем, смажьте маслом и горчицей. Сверните кусочек мяса так, чтобы почка осталась внутри, перевяжите ниткой или закрепите палочкой. Получившиеся палочки обжарьте до образования коричневой корочки, затем потушите все это в заправленной солью и кореньями воде на слабом огне в течение 50 минут. Готовые зразы выньте и удалите нитку. В отвар, в котором готовилось мясо, запустите муку и сметану и приготовьте соус.

На гарнир к зразам можете подать картофельное пюре, тушеную капусту или свеклу с морковью.

***КОЛБАСА, ЖАРЕННАЯ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *500 г толстой колбасы, 3 луковицы, 50 г коньяка, зеленый лук, 120 г яблочного уксуса, красный молотый перец, соль,*

*жир.*

***Способ приготовления.*** Колбасу нарежьте кружочками толщиной примерно 2 см. Вскипятите воду. В ней растворите уксус (1:1). Луковицы порежьте и обдайте их уксусной водой.

На хорошо разогретую сковородку положите жир и растопите его. Обжарьте колбасу в горячем жире с обеих сторон так, чтобы она приняла вид тарелочки. Лук пожарьте отдельно. В тарелочки из колбасы положите готовый лук. Украсьте это блюдо зеленым луком, посыпьте красным молотым перцем, сбрызните коньяком. Подавайте к столу в горячем виде.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Подавая к столу алкогольные напитки, помните, что пиво нужно подавать холодным, и чем сильнее вы его охладите, тем лучше.

***КОЛБАСА, ЖАРЕННАЯ С ПОМИДОРАМИ***

***Требуется:*** *500 г колбасы или ветчины, луковица, 5 свежих помидоров, 30 г сливочного масла, соль, зелень петрушки, перец, зеленый лук, 20 г твердого сыра, 2 яйца.*

***Способ приготовления.*** Помидоры обдайте кипятком и осторожно снимите с них кожицу. Перед зажаркой предварительно отварите колбасу в небольшом количестве воды в течение 5 минут. Остудите ее. Остывшую колбасу нарежьте кружочками толщиной 1 см. Кружочки колбасы хорошо прожарьте с двух сторон до образования румяной корочки на сливочном масле. Помидоры нарежьте кружочками и положите на колбасу. Лук нашинкуйте мелкими кружочками и посыпьте на помидоры. Все это посолите, поперчите, посыпьте тертым сыром и украсьте зеленью петрушки и лука.

***КОТЛЕТЫ ПО-КИЕВСКИ***

***Требуется:*** *800 г филе курицы, 20 г сливочного масла, сухари, соль, молотый перец.*

***Способ приготовления.*** Разделите филе курицы на кусочки, которые послужат заготовками для будущих котлет, и аккуратно отбейте их кулинарным молотком, чтобы они приобрели вид продолговатых овальных пластинок. Разделите получившиеся заготовки на две равные части и выложите на одну из них кусочки сливочного масла. Чтобы масло не растаяло раньше времени, положите его в морозильник и вынимайте непосредственно перед употреблением. Закройте кусочки курицы с маслом верхними половинками и аккуратно заделайте их с помощью ножа, после чего несколько раз обваляйте их в муке или

сухарях, давая отстаиваться несколько минут после каждого обваливания. Выложите на сковородку с разогретым жиром и жарьте 15–20 минут, периодически поворачивая другой стороной, чтобы избежать подгорания. В качестве гарнира к котлетам по-киевски готовится картофель, нарезанный соломкой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы воздушный пирог не опал, перед тем как поставить его в духовку, положите на край формы серебряную ложку и немного воткните ее в пирог.

***КОТЛЕТЫ ИЗ БАРАНИНЫ***

***Требуется:*** *900 г баранины, 50 г сала, 200 г белого хлеба, 300–350 г воды, соль, молотый перец.*

***Способ приготовления.*** Баранину порежьте небольшими кусочками и пропустите через мясорубку с добавлением мелко порубленных кусочков сала. В получившийся фарш добавьте белый хлеб, размоченный в воде или молоке, а затем тщательно поперчите и посолите. Если фарш плохо скрепляется, положите в него немного натертого на мелкой терке картофеля. Хорошо перемешайте фарш и сформуйте из него заготовки для котлет, обваляйте эти заготовки в сухарях или, если сухарей нет, в хлебных крошках. Выложите получившиеся котлеты на разогретую сковородку вплотную друг к другу и жарьте в течение 15–20 минут при температуре, не превышающей 120–150 °С. В качестве гарнира к котлетам из баранины отлично подойдут картофельное пюре и различные соусы.

***КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ***

***Требуется:*** *1 кг говядины, 250 г белого хлеба, 300–400 г воды, соль, молотый перец по вкусу.*

***Способ приготовления.*** Очистите мясо от сухожилий, нарежьте небольшими кусочками и пропустите через мясорубку, а затем смешайте с белым хлебом. Получившуюся массу тщательно перемешайте и еще раз пропустите через мясорубку. После этого фарш посолите и поперчите. Смочите руку водой или яйцом и отделите от фарша заготовки будущих котлет, которые должны быть примерно одинаковыми по размеру и весу. При помощи ножа сформуйте их и обваляйте в хлебной крошке или молотых сухарях. Выложите получившиеся котлеты на сковородку с жиром, разогретым до температуры 150 °С, вплотную одну к другой, и жарьте до образования румяной хрустящей корочки, периодически поворачивая котлеты, дабы избежать их подгорания.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Интересно то, что про «сладкий» корнеплод свеклы стало известно всего несколько столетий назад. До этого несколько тысячелетий люди потребляли в пищу только листья свеклы. Помимо этого, листья свеклы, считали лекарственным средством. Свекле пришлось много «путешествовать», прежде чем был открыт свекловичный корень, который содержит сахар. Арабы перевозили свеклу в Индию, Афганистан, затем в Древнюю Грецию. В Киевскую Русь она попала в XI веке, только после этого ее стали применять для выработки сахара.

***КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ***

***Требуется:*** *900 г мелко нарубленной рыбы (лучше всего семейства лососевых), 250 г белого хлеба, 300 г воды, соль, молотый перец, зелень.*

***Способ приготовления.*** Пропустите рыбу, предназначенную для котлет, через мясорубку, или натрите на мелкой терке, после чего смешайте с белым хлебом, размоченным в воде или молоке, и тщательно перемешайте. Посолите и поперчите получившийся фарш, туда же добавьте и зелень, если вы любите котлеты с пикантным вкусом. Сформуйте котлеты и обваляйте их в сухарях или хлебных крошках несколько раз, до тех пор, пока рыбу не будет окружать достаточно прочный защитный слой. Выложите подготовленные котлеты на разогретую сковородку и выпекайте их 15–20 минут при температуре, не превышающей 150 °С. Подавайте к столу непосредственно после приготовления.

***КУРИЦА С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *курица средних размеров, 100 г репчатого лука, по 60 г масла и томата, 150 г белых грибов, 40 г вина, соль, специи, 120 г сметаны, 10 г муки.*

***Способ приготовления.*** Подготовленную тушку курицы разрубите на небольшие порционные куски и обжарьте в неглубокой сковородке с разогретым маслом. В сковороду положите мелко нарезанный лук, томат, добавьте вино, соль и перец. Когда курица будет готова наполовину, добавьте сметану, смешанную с мукой. Закройте все крышкой и тушите час на слабом огне.

Белые грибы отварите на небольшом огне в неглубокой кастрюле 20 минут. Готовые грибы мелко порежьте, посыпьте солью и перцем и опять положите в кастрюлю. Туда добавьте масло и влейте немного сметаны. Жарьте до готовности, затем остудите, пропустите через мясорубку. Полученную грибную

массу смешайте с курицей. Все это жарьте в духовом шкафу 5 минут.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Отличить разбавленное молоко от неразбавленного можно следующим способом: опустите коней стальной спицы в молоко — если оно неразбавленное, на ней останется капля молока; если молоко разбавлено, спица остается совершенно чистой; капля хорошего молока тонет в воде и не расплывается на ногте.

***КУРИЦА С КАРТОФЕЛЕМ И ЛУКОМ***

***Требуется:*** *1 курица, 800 г картофеля, 4 больших луковицы, немного жира, соль, 3 зубчика чеснока, 200–250 г майонеза, пучок укропа, пучок петрушки.*

***Способ приготовления.*** Курицу порежьте кусочками, натрите смесью из соли и натертого на мелкой терке чеснока, сложите в чашку и оставьте на 30–40 минут, для того чтобы она стала сочной. Каждую картофелину разрежьте на 2 половины. Лук порежьте полукольцами. Картофель и лук сложите вместе, посолите, оставьте на 30–40 минут.

Противень смажьте жиром, красиво уложите на нем кусочки курицы и картофеля и лука, залейте равномерно майонезом, поставьте в духовку, раскаленную до 180 °С, и готовьте в течение часа. За 5 минут до готовности посыпьте курицу с картофелем и луком мелко нарезанными укропом и петрушкой.

***КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ОВОЩАМИ***

***Требуется:*** *1 большая курица, 15–20 мелких картофелин, 3–4 маленьких свеклы, 2 моркови, кабачок, баклажан, соль, жир, майонез, 4 зубчика чеснока.*

***Способ приготовления.*** Курицу натрите смесью из соли и натертого на мелкой терке чеснока. Мелкий картофель, свеклу, морковь порежьте на кусочки среднего размера. Кабачок и баклажан тоже порежьте на кусочки. Смешайте овощи в чашке, добавьте в них немного майонеза, посолите, перемешайте. Начините курицу смесью из овощей и зашейте место прорези. Противень смажьте жиром, положите на него курицу, поставьте в духовку, нагретую до 200 °С. Запекайте в течение часа.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы в муке и рисе не разводились черви и долгоносики, применяется очень простое средство. В каждый пакетик муки или риса положите 2–3 головки очищенного и разделенного на дольки чеснока, при этом следите, чтобы верхние покровы долек

при очистке не были повреждены, так как чеснок от этого загнивает.

***КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ***

***Требуется:*** *1 средняя курица, по 50 г сливочного масла и майонеза, соль, перец, 1/2 кг яблок.*

***Способ приготовления.*** Курицу натрите солью снаружи и внутри. Начините ее яблоками, некрупными и кислыми. Зашейте разрез и снаружи обмажьте тушку майонезом. На смазанный сливочным маслом противень уложите курицу спинкой вниз. Рядом на противень положите кусочки сливочного масла и налейте немного воды. Поставьте противень с курицей в жарочный шкаф и готовьте до образования румяной корочки. Во время жарки периодически поливайте птицу выделяющимся соком. Печеную тушку порубите на куски, уложите на блюдо. Украсьте яблоками и зеленью.

***МАНТЫ***

***Требуется:*** *300 г пшеничной муки, 100 г воды.*

*Для фарша: 400 г баранины, 40 г бараньего или свиного сала, 500 г лука, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Баранину мелко порубите вместе с очищенным луком, посолите, поперчите. Из муки и воды замесите крутое тесто, дайте ему настояться в течение примерно 30 минут.

Из теста раскатайте тонкие лепешки диаметром 8—10 см, при этом края лепешек должны быть немного тоньше, чем середина. Положите необходимое количество фарша на середину лепешек, сверху — кусочек бараньего или свиного сала и защипните края лепешки кончиками пальцев таким образом, чтобы они собрались в одной верхней точке и были конусообразной формы.

Для приготовления мантов вам потребуется специальная посуда — мантоварка, для отваривания на пару, но, в принципе, можно варить манты другим способом. Для этого на

дно большой кастрюли установите смазанную сливочным маслом глубокую тарелку. В нее положите манты в один ряд, накройте другой тарелкой, залейте дно кастрюли холодной водой и плотно закройте крышкой. Затем поставьте кастрюлю на очень слабый огонь. Отваривайте манты в течение 45–50 минут.

Манты при подаче к столу можно залить бульоном или подать без него. Посыпьте блюдо мелко нарубленной зеленью и приправьте сметаной.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Подавая к *столу* алкогольные напитки, помните, что красные вина — сладкие и полусладкие — охлаждаются лишь слегка. Вермут подают охлажденным.

***ПЕЛЬМЕНИ***

***Требуется:*** *300 г говяжьего мяса, 200 г свиного мяса, луковица, 500 г пшеничной муки, яйцо, 120 г молока или воды, лавровый лист, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Мясо хорошо промойте, разрежьте на небольшие кусочки. Пропустите вместе с луком через мясорубку. Готовый фарш посолите, поперчите и добавьте молоко или воду, так, чтобы фарш получился не слишком жидким, но в то же время сочным.

Смешайте муку, яйцо, воду и замесите крутое тесто. Дайте ему постоять около 30 минут, предварительно посыпав мукой. После этого раскатайте тесто на поверхности, немного присыпанной мукой, в тонкую колбаску, из которой нарежьте кусочки толщиной 1 см. Каждый кусочек теста обмакните в муку и раскатайте в небольшую лепешку. На середину лепешки положите 1 ч. л. мясного фарша, сложите лепешку вдвое и плотно слепите края теста кончиками пальцев. Слепленные пельмени сложите на противень или лист, посыпанный мукой.

Положите необходимое количество пельменей в кипящую подсоленную воду с лавровым листом и перцем. Когда пельмени начнут кипеть, убавьте огонь и помешайте. Блюдо готово, когда пельмени выплывают на поверхность. В конце варки осторожно достаньте пельмени шумовкой.

Блюдо подают к столу, как с бульоном, так и без него. К пельменям подаются уксус, горчица, сметана, майонез, томатный соус.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При приготовлении манной каши замочите крупу за 1/2 часа до ее готовки в воде или молоке, дайте ей разбухнуть, а затем варите. Это придаст блюдам с манкой пышность и воздушность.

***ПЕЛЬМЕНИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ***

***Требуется:*** *300 г муки, яйцо, 100 г воды, соль.*

***Для фарша:*** *200 г говядины, 200 г свинины, луковица, 90 г воды, соль, перец.*

***Для соуса:*** *700 г мясного бульона, 25 г пшеничной муки, 50 г растопленного сливочного масла, морковь, корень петрушки, луковица, 250 г томатной пасты или пюре, сахар, сок лимона, черный перец, лавровый лист, соль.*

***Способ приготовления.*** Слепите пельмени, как обычно. Отварите их в подсоленной воде до готовности. Выложите в глубокие тарелки и обильно приправьте томатным соусом.

Для томатного соуса: поджарьте муку в сливочном масле до

светло-золотистого цвета, затем охладите и разведите бульоном. Обжарьте до золотистого цвета коренья, лук, приправьте томатом и добавьте в муку, разведенную бульоном. Варите 25–30 минут. В конце варки соус заправьте сахаром, солью и специями, процедите и смешайте с маслом.

***ПЕЛЬМЕНИ ЖАРЕНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г мяса, 400 г муки, 100 мл холодной воды, яйцо, 50 г сливочного масла, соль, лавровый лист, черный перец.*

***Способ приготовления.*** Слепите пельмени обычным способом и отварите их до полуготовности. Выньте шумовкой. Разогрейте на сковороде сливочное масло и выложите пельмени. Поджаривайте их, переворачивая, до образования золотистой корочки:

Блюдо подавайте в горячем виде, приправив кетчупом, сметаной или майонезом.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Подавая к столу алкогольные напитки, помните, что мускатные вина, водка и ликеры должны быть сильно охлажденными, а коньяк — комнатной температуры.

***ПЕЛЬМЕНИ СО СМЕТАНОЙ***

***Требуется:*** *350 г пшеничной муки, яйцо, 120 г воды, соль.*

***Для начинки:*** *450 г мяса, 2–3 средних картофелины, луковица, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Смешайте муку, яйцо, воду и соль и замесите крутое тесто. Раскатайте пласт и вырежите из него небольшие лепешки. Прокрутите через мясорубку мясо, Картофель и лук, добавьте соль и перец. В середину лепешки положите 1 ч. л. мясо-картофельного фарша и заделайте края. То же самое проделайте и с остальными пельменями. Сварите в подсоленной воде, выловите их шумовкой.

При подаче к столу обильно полейте сметаной.

***ПЕЧЕНКА СВИНАЯ, ШПИГОВАННАЯ ЧЕСНОКОМ***

***Требуется:*** *200 г свиной печенки, 2 головки чеснока, 30 г зелени петрушки, помидор, соль, 20 г маргарина.*

***Способ приготовления.*** Печенку разделите на две части и в каждой из них ножом сделайте углубления, чтобы в них уместились кусочки чеснока. Зубчики порежьте на несколько долек и засуньте их в отверстия. Куски печени положите в растопленный маргарин и жарьте на сильном огне,

переворачивая, до полуготовности, пока с ее поверхности не пропадут сырые места, потом огонь убавьте, посолите и жарьте до полной готовности. Помидор порежьте на тонкие ломтики, разрежьте их пополам.

Готовую печень выложите на блюдо, а на нее положите ломтики помидора. Посыпьте зеленью петрушки.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Обед для китайцев является настоящим ритуалом. Перед трапезой китайцы обязательно ведут светские беседы, после им подают зеленый чай, а затем уже основные блюда. На больших парадных обедах они могут подать к столу от 30 до 40 блюд. К ним также подается подогретое рисовое вино, а на прощание — суп. Традиционный русский обед принципиально отличается от китайского, так-как в первую очередь в России едят суп, а завершают чаем.

***ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *500 г свинины, 3 луковицы, 30 г горчицы, зубчик чеснока, соль, перец, 20 г жира, зелень петрушки и лука.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте небольшими кусочками, натрите толченым чесноком, обмажьте горчицей, посолите и поперчите. На хорошо разогретой сковородке обжарьте мясо в жире до коричневого цвета. Лук мелко порежьте и положите в мясо, хорошо перемешайте. Все это посыпьте зеленью петрушки и лука. При желании можете положить укроп, лавровый лист и сельдерей. Затем хорошенько обжарьте.

К столу поджарку из свинины с луком можете подавать как в холодном, так и в горячем виде.

***РОСТБИФ***

***Требуется:*** *500 г мяса, 30 г сливочного масла, 100 г мясного бульона, соль, черный молотый перец, 20 г зелени петрушки и укропа.*

***Способ приготовления.*** Мясо натрите солью и перцем, уложите на сковороду, разогретую с маслом, и обжарьте со всех сторон до образования румяной корочки. Поставьте в разогретый духовой шкаф и, периодически поливая выделяющимся соком, жарьте до полной готовности. Готовый ростбиф переложите в посуду и накройте крышкой. Сок, образовавшийся при жарке, выпарьте, жир слейте в отдельную посуду. На сковороду налейте бульон, прокипятите и процедите. Ростбиф нарежьте поперек волокон на куски, полейте приготовленным соком и посыпьте мелко нарубленной зеленью петрушки и укропа.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При покупке гречневой крупы, прежде всего, смотрите на ее внешний вид. Она должна быть без примесей и иметь светло-коричневый оттенок.

***ФИЛЕ ИЗ БАРАНИНЫ***

***Требуется:*** *500 г мяса, 2.средние луковицы, 30 г муки, по 90 г томатной пасты и сметаны, 600–700 г мясного бульона или воды, 1–2 лавровых листа, 100 г растительного или сливочного масла, зелень, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Мясо нарежьте кубиками, посыпьте солью, перцем и обжарьте на сковороде с маслом. Очищенный лук мелко нарубите кубиками и добавьте в мясо. Посыпьте мясо и лук мукой и слегка поджарьте. Подготовленное мясо сложите в кастрюлю, залейте бульоном, положите лавровый лист, томатную пасту (можно сметану), накройте и поставьте тушить на 1–1,5 часа. Затем кусочки филе выньте и перед подачей посыпьте зеленью. Соус подайте отдельно.

***ФОРШМАК ГОВЯЖИЙ***

***Требуется:*** *500 г говядины, маленький кочан капусты, 2 клубня картофеля, 150 г сливочного масла, яйцо, небольшая луковица, 40 г пшеничного хлеба, 120 г молока, 50 г тертого сыра, 30 г сухарей молотых, перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Капусту нашинкуйте и припустите с маслом. Картофель очистите, сварите и протрите через сито или пропустите через мясорубку. Затем смешайте с размягченными в молоке кусками хлеба, добавьте сырые яичные желтки, сметану, слегка поджаренный лук. Мясо сварите, удалите кости и немного припустите с маслом. После этого смешайте его с капустой, картофелем, хлебом, луком и яичными желтками. Взбейте белки и аккуратно перемешайте их с массой. Переложите все в смазанную маслом и обсыпанную сухарями сковороду, поверхность разровняйте, посыпьте тертым сыром, сбрызните маслом, после чего запеките в жарочном или духовом шкафу. Перед подачей полейте форшмак маслом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

При покупке риса учитывайте, для какого блюда он вам понадобится. Шлифованный и продолговатый рис хорошо подходит для супа и плова. Круглый рис годится только для приготовления вязкой каши.

***ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕНЫЙ***

***Требуется:*** *молодой цыпленок, по 250 г майонеза и острого томатного соуса, молотый черный перец, 2 зубчика чеснока, соль, 2 луковицы, 10 г столового уксуса, жир.*

***Способ приготовления.*** Цыпленка разрежьте вертикально на 2 части, натрите смесью из соли, столового уксуса, натертого на мелкой терке чеснока и черного молотого перца, залейте половиной майонеза и оставьте на 30–40 минут, чтобы он пропитался. Лук порежьте кольцами. Противень смажьте жиром, положите на него половинки цыпленка, украсьте их колечками лука и залейте острым томатным соусом и оставшимся майонезом, поставьте в духовку, готовьте 35–45 минут.

***ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ В ДУХОВОМ ШКАФУ***

***Требуется:*** *цыпленок, 200 г смётаны, 2 луковицы, 4 помидора, 3 зубчика чеснока, соль, перец, фольга.*

***Способ приготовления.*** Разрубите цыпленка на две половинки, промойте, обсушите. Сверху и изнутри натрите его чесноком, солью и перцем. Помидоры ошпарьте кипятком, снимите с них кожицу и отожмите из них мякоть. Цыпленка поджарьте в то пледом масле до образования золотистой корочки. В масле, оставшемся после обжаривания, спассеруйте отжатую мякоть помидоров, заправьте солью, рубленым луком, перцем и проварите 5 минут. Покройте противень фольгой. На нее выложите цыпленка, полейте его томатной пассеровкой и поставьте в духовой шкаф. Выпекайте при средней температуре около 20 минут. К столу подавайте в горячем виде.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если нужно быстро охладить десерт, положите его в сосуд с холодной соленой водой. Для охлаждения напитков во время жары заверните бутылки тряпкой, намоченной в холодной соленой воде, и поставьте на сквозняк. Когда тряпка подсохнет, смочите ее вновь. Этим способом можете охлаждать арбузы и дыни.

***ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНЫЙ***

***Требуется:*** *400–500 г говядины, 60 г муки, 2 яйца, 120 г молока, 50 г сыра, 70 г топленого сала, соль.*

***Способ приготовления.*** Говяжью вырезку пропустите через мясорубку с крупной решеткой. Эту массу хорошо выбейте, добавьте молоко. Фарш разделите на тонкие лепешки, смочите их во взбитых яйцах и запанируйте в муке. Предварительно смешайте муку с равным количеством тертого сыра. Разогрейте

на сковороде сало и хорошо обжарьте шницели на сильном огне в течение 2–3 минут с каждой стороны. Потом уменьшите огонь и жарьте их еще по 4 минуты.

К столу шницели подавайте с любым овощным или крупяным гарниром, с картофельным пюре, отварным или жареным картофелем или картофельным салатом.

### *ЭСКАЛОП СВИНОЙ*

***Требуется:*** *300 г свинины, 60 г свиного топленого сала, 2 дольки чеснока, соль, черный молотый перец, 20 г петрушки или укропа.*

***Способ приготовления.*** Мясо свинины (можно взять почечную часть) нарежьте поперек волокон ломтиками толщиной около 1,5 см, хорошо отбейте кулинарным молоточком, посолите и поперчите. Вместо перца или одновременно с ним используйте молотую корицу или молотый мускатный орех, что придаст эскалопу пикантный вкус. Хорошо разогрейте сковороду, растопите свиное сало и обжарьте мясо с обеих сторон. Готовый эскалоп уложите на тарелки, полейте соком, в котором жарилось мясо, предварительно процедив его через марлю. Посыпьте мелко нарубленным чесноком. Украсьте зеленью.

На гарнир к эскалопу подают жареный картофель.

### ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Учтите, что к рыбе, телятине и птице подается вино белое, сухое или полусухое; к утке и гусю — красное сухое вино; к говядине, свинине, баранине, дичи — сухое красное вино или пиво.

# БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

***ЖАРКОЕ РЫБНОЕ***

***Требуется:*** *500 г свежего минтая, соль, 30 г маргарина, луковица, морковь.*

***Для соуса:*** *300 г рыбного бульона, 10 г сливочного масла, 40–60 г муки, 90 г зелени петрушки и укропа, соль.*

***Способ приготовления.*** Для соуса растопите сливочное масло на сковороде и, добавив в него муку, перемещайте. Затем вылейте на сковороду рыбный бульон, посолите, всыпьте зелень и, снова перемешав, доведите до кипения.

У свежего минтая мясо отделите от костей и порежьте на небольшие кусочки, посолите и положите их на нагретую сковороду с растопленным маргарином и время от времени переворачивайте. Жарьте рыбу 10–15 минут. Лук очистите и мелко порежьте, морковь натрите на средней терке. Приготовленные лук и морковь добавьте в рыбу, жарьте 5—10 минут. Выделившийся в ходе жарки сок слейте. Готовое жаркое выложите на блюдо и полейте приготовленным ранее соусом.

***ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *150 г сомятины, 100 г соленых грибов, по 50 г зелени укропа и маргарина, 5 яиц, помидор, 90 г майонеза, соль.*

***Способ приготовления.*** Вымытую сомятину порежьте на кубики и пожарьте в половине маргарина. Порежьте грибы и зелень, смешайте их. В хорошо прожаренную рыбу положите грибы, смешанные с зеленью, залейте взбитым яйцом и посолите. Готовую запеканку разрежьте на равные порции, разложите в тарелки. Помидор, порезав на кубики, смешайте с майонезом Приготовленную смесь равными частями положите на каждую порцию запеканки.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Как показывает Книга рекордов Гиннеса, французы — большие любители приготовления гигантских блюд. В прошлом году они испекли самый большой блин в мире. Его диаметр 6 м, а общая площадь блина составила 28 м. На его приготовление ушло более 150 кг теста. Этот блин испекли в местечке Плюаразель на юге Франции, для чего пригласили лучших поваров этой страны. Испечь такой блин удалось с первого раза, вопреки пословице «первый блин всегда комом».

***ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *200 г филе лососины, луковица, 4 яйца, 30 г молока, 20 г сливочного маргарина, соль, 50 г зелени укропа и петрушки.*

***Способ приготовления.*** Порежьте готовое филе лососины на небольшие кубики, залейте водой, посолите и варите до готовности. Лук мелко порежьте, выложите на горячую сковороду и поджарьте в маргарине до золотистого цвета. В лук добавьте готовое филе и, хорошо перемешав, подержите на огне 3–5 минут. Залейте рыбу яйцом, взбитым с молоком. Запеканку обжарьте с двух сторон и, когда она будет готова, посыпьте зеленью.

***КЛЕЦКИ ИЗ РЫБЫ ПОЛ МАЙОНЕЗОМ***

***Требуется:*** *1 кг филе рыбы, 50 г белого хлеба, 250 г молока, 2 сырых белка, соль — для рыбной массы.*

***Для отвара:*** *по 1/2 корня петрушки и сельдерея, головка репчатого лука, 2 лавровых листа, 5 горошин душистого перца, 1 л воды, соль.*

***Способ приготовления.*** Филе нарежьте кусками. Мякиш черствого белого хлеба замочите в молоке. Трижды пропустите через мясорубку рыбу и хлеб, тщательно взбейте, подливая постепенно холодное молоко и сырые белки. Чем лучше взбита масса, тем вкуснее будут клецки. Посолите в самом конце. Набирая столовой ложкой массу, второй снимайте с нее одинаковые по размер и форме клецки, опускайте их в сотейник, смазанный маслом, соблюдая расстояние. Затем влейте горячий отвар и поставьте сотейник на слабый огонь. Через 15 минут бульон осторожно слейте. Выложите клецки на блюдо, залейте майонезом, посыпьте зеленью петрушки.

На гарнир подайте отварную цветную капусту или зеленый горошек.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для определения зрелости дыни нажмите на ее коней с противоположной стороны стебля: у недозрелой дыни этот коней не поддается нажиму. Хорошая дыня имеет толстый стебель.

***КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г отварной рыбы, 1/2 городской булки, 2 яйца, 60 г тертого сыра, 250 г молока, 70–90 г молотых сухарей, 100 г растительного масла, соль и молотый перец.*

***Способ приготовления.*** Черствый белый *хлеб* замочите в холодном молоке, отожмите. Мякоть отварной рыбы порубите, добавьте в хлеб, заправьте сырыми яйцами, тертым сыром, солью, молотым перцем. Тщательно перемешайте, сформуйте в виде

круглых котлет, хорошо обваляйте в молотых сухарях. Сильно разогрейте сковороду с жиром и обжарьте котлеты с обеих сторон.

На гарнир подайте картофельное пюре или отварную цветную капусту.

***ПЕЛЬМЕНИ С РЫБНОЙ НАЧИНКОЙ***

***Требуется:*** *500 г муки, 1/2 стакана воды, яйцо.*

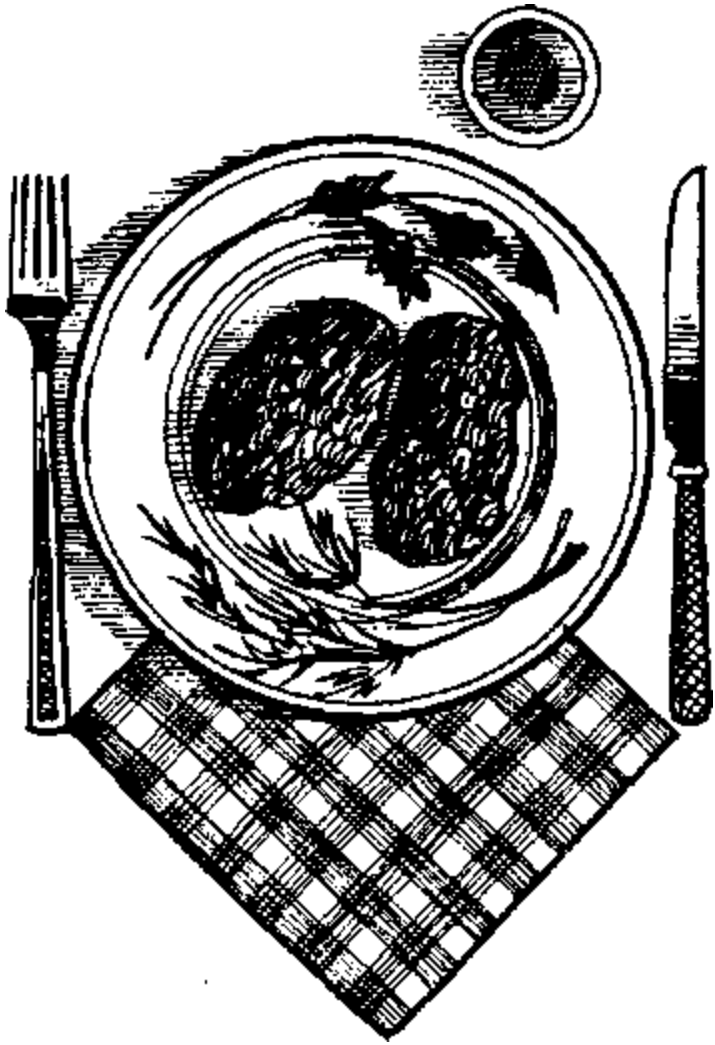
***Для начинки:*** *450 г рыбного филе, лук, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Замесите тесто, как для обычных пельменей. Пропустите через мясорубку рыбное филе с луком. Используйте его как начинку для пельменей, приготавливайте обычным способом.

При подаче к столу пельмени с рыбной начинкой можно приправить сметаной, лимоном или белым соусом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы сильнее чувствовался аромат лимона, обдайте его кипятком.



***РЫБА, ЖАРЕННАЯ В ТЕСТЕ***

***Требуется:*** *600 г рыбы, соль, 10 г лимонного сока, пучок укропа, молотый перец на кончике ножа, 500 г растительного масла.*

*Для* ***теста:*** *2 яйца, 120 г молока, 250 г муки, соли по вкусу.*

***Способ приготовления.*** Подготовленную рыбу нарежьте на филе, снимите кожу. Филе нарежьте продольными кусочками длиной 5 см и толщиной 2 см. Сбрызните их лимонным соком, растительным маслом, посыпьте укропом. Выдержите 30 минут на холоде. Кусочки рыбы посыпьте мелкой солью, обваляйте в муке, потом обмакните в тесто, после чего сразу погрузите в горячее растительное масло. Через 2 минуты, когда кусочки рыбы подрумянятся, шумовкой выньте их из кипящего масла.

Для теста насыпьте муку в миску, тщательно перемешайте,

добавляя молоко, яйца, соль. Поставьте на час в прохладное место.

Жаренную в тесте рыбу подайте к столу в горячем виде с майонезом, смешанным с маринованными грибами и огурцами.

***РЫБА ПО-ФЛОТСКИ***

***Требуется:*** *400 г рыбы (судака или щуки), по 50 г моркови и корня петрушки, луковица, мука, животный жир, соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Подготовленную рыбу нарежьте на порционные куски. Кожу на кусках надрежьте в двух-трех местах, положите рыбу в сотейник, добавьте луковицу, мелко нарезанные морковь, петрушку, посолите, поперчите и варите до готовности. Бульон слейте, введите в него слегка прожаренную с жиром муку и прокипятите 15 минут. При подаче к столу полейте рыбу этим соусом.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

С закусками лучше всего употреблять сухое белое вино, сухой вермут или сильно охлажденную водку. Никогда не подавайте к закускам коньяк.

***СЕЛЬДЬ С ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ***

***Требуется:*** *400 г соленой сельди, 200 г репчатого лука, по 50 г растительного масла и томата пюре, 10 г сахара, перец.*

***Способ приготовления.*** Сельдь тщательно выпотрошите, освободите от костей и нарежьте порционными кусками. Лук мелко нарежьте, слегка поджарьте с томатом на растительном масле, добавьте перец, сахар и при подаче положите на сельдь.

***ФРИКАДЕЛИ РЫБНЫЕ***

***Требуется:*** *400 г рыбы (судака, трески, щуки, налима), 60 г пшеничного хлеба, 100 г молока, 50 г репчатого лука, 25 г зелени петрушки, масло растительное, томатный соус (кетчуп), соль, перец.*

***Способ приготовления.*** Рыбу тщательно разделайте на филе, нарежьте кусочками и пропустите через мясорубку. В полученную массу положите вымоченный в молоке хлеб, рубленый репчатый лук, зелень петрушки, посолите, поперчите и хорошо перемешайте. Из этого фарша раскатайте небольшие шарики (фрикадели), уложите их в смазанный растительным маслом сотейник и слегка обжарьте в духовке. Залейте томатным соусом и тушите в закрытой посуде при слабом кипении 20–25 минут. Подавайте фрикадельки с гарниром из картофеля, макарон, риса.

***ШПРОТЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ***

***Требуется:*** *1 банка шпрот (180 г), 150 г слоеного теста, яйцо, зелень.*

***Способ приготовления.*** Выложите шпроты из банок и дайте стечь маслу. Слоеное тесто раскатайте в пласт шириной 4–5 см и нарежьте на длинные полоски шириной 9— 10 см. На один пласт теста, смазанного яйцом, положите шпроты, накройте вторым таким же пластом теста и прижмите по краям. Нарежьте тесто на порции и положите их на смоченный водой кондитерский лист. Тесто смажьте яйцом и запекайте в духовке.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Если у вас под рукой не оказалось яиц, можете заменить их яичным порошком.

# ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

***БЛИНЧИКИ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ***

***Требуется:*** *250 г овсяных хлопьев, 1/2 л молока, 2 яйца, 100 г яблок, 150 г сахара, соль, 160 г растительного масла.*

***Способ приготовления.*** Овсяные хлопья залейте подогретым молоком и оставьте на час в теплом месте. Яблоки порежьте мелкими ломтиками или натрите на крупной терке. Яичные белки отделите от желтков и взбивайте в течение 8—10 минут. Потом добавьте желтки и взбивайте еще минуты 2–3. Когда хлопья набухнут, смешайте их с яблоками и взбитыми яйцами, добавьте сахар, соль и все хорошо перемешайте. Сковороду раскалите, смажьте маслом, ложкой наливайте на нее тесто и обжаривайте блинчики с обеих сторон.

К столу подавайте со сметаной, сахаром и корицей.

***БЛИНЧИКИ С ТВОРОГОМ***

***Требуется:*** *по 250 г пшеничной муки, воды и творога, 3 яйца, 50 г изюма, 120 г сливок, соль, жир, 100 г сахарной пудры.*

***Способ приготовления.*** Просейте муку, добавьте 2 яйца, воду, соль, все хорошо перемешайте и замесите жидкое тесто. Выпекайте тоненькие блинчики на раскаленной сковородке, смазанной жиром. Творог тщательно разотрите с желтком и сахаром, смешайте с изюмом. Приготовленной массой тонко намажьте блинчики, сверните их рулетом, а рулет — колечком, вставив один конец в другой. Уложите колечки в смазанную жиром огнеупорную форму. Залейте сливками, белок взбейте с солью и выложите сверху. Запекайте в духовом шкафу в течение 45 минут. Перед подачей посыпьте сахарной пудрой.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Тмин считают одним из самых первых пряных растений в Европе. Это заключение ученые сделали на основании археологических раскопок, во время которых были найдены семена тмина, относящиеся к III тысячелетию до н. э. Но не только древние европейцы улучшали вкус своей еды при помощи этого пряного растения, он был также известен и в Азии. Два философа — Плиний и Аиоскорид — считали его лекарственным растением, приписывали ему различные лечебные свойства. Тмин и по сей день считается одной из лучших приправ, особенно для рыбных блюд.

***БЛИНЫ МАННЫЕ***

***Требуется:*** *250 г манной крупы, 1,2 л молока, 30 г сахара, соль.*

***Способ приготовления.*** Нагрейте молоко, доведите его до кипения, добавьте соль, сахар и, помешивая, тонкой струйкой всыпьте крупу. Продолжайте варить, помешивая. Когда каша загустеет, убавьте огонь и варите еще 10–15 минут до готовности. Затем протрите ее через крупное сито. Яйца взбейте с сахаром, разведите молоком, посолите, смешайте с протертой кашей, прибавьте просеянную пшеничную муку и тщательно размешайте, так, чтобы не было комков. На сковородке разогрейте топленое масло, ложкой выкладывайте на нее блины и обжаривайте их с обеих сторон.

Подавайте горячими со сливочным маслом, сметаной или вареньем.

***БЛИНЫ ПШЕНИЧНЫЕ***

***Требуется:*** *по 250 г пшеничной и гречневой муки, яйцо, 500 г молока, 30 г сахара, 40 г масла, 20 г дрожжей.*

***Способ приготовления.*** 1,5 стакана молока подогрейте до комнатной температуры, растворите в нем сахар, дрожжи, добавьте муку и яйца. Перемешайте все до однородной массы, влейте растопленное масло и снова тщательно размешайте. Оставьте тесто на 3–4 часа в теплом месте и, когда оно поднимется, влейте оставшееся горячее молоко. Хорошо перемешайте и дайте еще раз подойти. Сковородку сильно нагрейте, смажьте жиром и выпекайте блины.

Готовые блины подавайте стопкой на тарелке. Отдельно подайте топленое масло, сметану, кусочки сельди, икру, варенье или джем.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы яйца сохранились в течение длительного времени (около 6 месяцев), смажьте их тонким слоем вазелина, оберните бумагой или посыпьте песком. Вместо вазелина можете использовать парафин, нейтральный жир.

***БУЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ***

***Требуется:*** *500 г творога, 550 г пшеничной муки, 40 г сливочного масла, 200 г сахара, 2 яйца.*

***Способ приготовления.*** Муку просейте, сливочное масло растопите на медленном огне, творог протрите через сито и смешайте с мукой и маслом. Яйца взбивайте в течение 5 минут, добавьте 100 г сахара и взбивайте еще столько же. Вылейте

взбитые яйца в приготовленную смесь, замесите тесто и дайте ему постоять. Сделайте булочки. Для этого раскатайте большой прямоугольник из теста, посыпьте его сахаром и скатайте в рулет. Разрежьте его на кружочки, каждый кружок посыпьте сахаром и корицей. Смажьте противень маслом, выпекайте в духовке до образования румяной корочки. К столу подавайте горячими.

***ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ***

***Требуется:*** *500 г творога, 120 г муки, яйцо, 60 г сахара, соль.*

***Способ приготовления.*** Протрите творог, введите в него муку, яйца, сахар, соль и перемешайте до получения однородной массы. Тесто раскатайте на пласты и разрежьте на полоски такой же толщины. Эти полоски нарежьте на кусочки любой формы — треугольные, прямоугольные или фигурные. Опустите вареники в подсоленную кипящую воду и варите, пока они не всплывут. Готовые вареники разложите в тарелки, полейте сметаной или маслом, посыпьте сахаром.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для усиления аромата кофе перед варкой нагрейте его и прибавьте несколько кристалликов поваренной соли.

***ВАРЕНИКИ С ВИШНЕЙ***

***Требуется:*** *500 г муки, 120 г воды, 2 яйца, соль.*

***Для начинки:*** *400 г вишни, 90 г картофельной муки, 300 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Удалите из ягоды косточки, откиньте на дуршлаг, чтобы стекла жидкость. Переложите в тарелку, смешайте с сахаром и крахмалом. Муку просейте и выложите на стол горкой, сделайте в ней углубление. Яйцо и белок разболтайте в воде, аккуратно влейте смесь в муку и быстро замесите крутое тесто. Готовое тесто слегка посыпьте мукой, накройте разогретой кастрюлей и оставьте на 20–30 минут. Раскатайте тонкий пласт и стаканом или специальной формочкой вырежете из него кружки. Смажьте их сырым яичным желтком, на каждый кружок положите по 1 ч. л. начинки, края кружков залепите. Варите в подслащенной воде при слабом кипении 6–8 минут. Готовые вареники полейте растопленным сливочным маслом.

***ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ***

***Требуется:*** *500 г пшеничной муки, 120 г воды, 2 яйца, соль.*

***Для начинки:*** *500 г творога, яичный желток, 30 г сахара, соль, 25 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Муку просейте, выложите горкой на стол, сделайте углубление. В теплой воде размешайте яйца, влейте смесь в 243

муку, замесите тесто. Месите его до тех пор, пока оно не станет гладким. Готовое тесто посыпьте мукой, накройте полотенцем и поставьте на 20–30 минут в теплое место. Творог пропустите через мясорубку вместе с желтком, маслом, сахаром и солью. Тесто раскатайте на пласты, стаканом выдавите кружочки. На каждый кружочек положите по 1 ч. л. начинки, заверните и слепите края. Варите в подсоленной воде 10–12 минут. Готовые вареники всплывут на поверхность. Перед подачей к столу полейте растопленным сливочным маслом, отдельно подайте сметану.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Горячую закуску подают на блюдах или в огнеупорных мисках. Их можно поставить на середину стола, и к ним дается общая ложка. В таких случаях гости сами ухаживают за собой или друг за другом.

***ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ***

***Требуется:*** *500 г муки, 30 г сахара, 60 г растительного масла, яйцо, 10 г дрожжей, соль, 120 г молока.*

***Для начинки:*** *300 г творога, луковица, 20 г сливочного масла, 2 яйца, соль.*

***Способ приготовления.*** В теплом молоке растворите дрожжи, добавьте яйцо, сахар, соль, муку и замесите тесто. Оставьте его в теплом месте на 20–30 минут. Сформуйте из теста 10 лепешек с утолщенными краями и уложите на смазанный маслом противень. Оставьте на 20 минут, а потом выпекайте в течение 10 минут до полуготовности. Картофель сварите, разомните в пюре, добавьте масло, яйцо и мелко порезанный и обжаренный лук. Эту начинку положите на полупропеченные лепешки, смажьте взбитым яйцом и допекайте до готовности.

***ВАТРУШКА С МЯСОМ***

***Требуется:*** *500 г муки, 30 г сахара, 50 г жира, яйцо, 20 г дрожжей, соль, 250 г молока.*

***Для начинки:*** *300 г мяса, луковица, перец, соль, яйцо.*

***Способ приготовления.*** Разотрите в миске дрожжи с сахаром, 2 ст. л. муки и 4 ст. л. молока. Опару поставьте в теплое место. Когда она подойдет, добавьте сахар, муку, теплый жир и молоко с солью и взбитыми в нем яйцами. Замесите мягкое тесто. Готовое тесто нарежьте кусками по 40–50 г. Куски раскатайте в руках в

виде шариков, затем растяните их в лепешку. Положите на смазанный жиром противень. Мясо отварите, прокрутите через мясорубку и немного обжарьте. Мелко нарежьте лук, обжарьте его, смешайте с мясом, посолите, поперчите. Выложите начинку на лепешки, смажьте взбитым яйцом и запекайте 20–25 минут.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Сладкие блюда (компоты, желе, кисели) храните только в холодильнике.

***ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ***

***Требуется:*** *500 г муки, 30 г сахара, 60 г растительного масла, яйцо, 10 г дрожжей, соль, 120 г молока.*

***Для начинки:*** *250 г творога, яйцо, 60 г сахара, 10 г муки, соль.*

***Способ приготовления.*** В теплом молоке растворите дрожжи, добавьте яйцо, сахар, соль, муку и замесите тесто. Оставьте его в теплом месте на 20–30 минут. Готовое тесто раскатайте в жгут, разрежьте его на 10 равных кусочков, скатайте их в шарики и положите на смазанный маслом противень на расстоянии 5 см один от другого. Сахар насыпьте в салфетку, завяжите в узелок и этим узелком сделайте в кусочках теста углубления, обмажьте края яйцом и выложите начинку. На 20 минут оставьте их, а затем выпекайте 15–20 минут.

***КУЛЕБЯКА***

***Требуется:*** *по 120 г пшеничной муки, манной крупы и воды, 60 г сливочного масла, 10 г дрожжей, соль.*

***Для начинки:*** *500 г капусты, 150 г грибов, 5 яиц, 60 г сливочного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Смешайте муку и манную крупу, сделайте ямку, влейте в нее воду с разведенными в ней дрожжами, посолите и замесите тесто. Когда оно перестанет прилипать к рукам, выложите его в миску и оставьте на 30–40 минут.

Раскатайте лепешку, посыпьте смесью муки и манной крупы, сложите пополам, снова посыпьте мукой и еще раз сложите пополам. Осторожно, чтобы оно склеилось, раскатайте тесто скалкой. Повторите все еще раз. Капусту нашинкуйте, кочерыжку натрите на мелкой терке. Грибы обжарьте и смешайте с капустой. Выложите начинку на пласт теста горкой и вылейте на нее сырые яйца. Уголки теста заверните и слепите, в центре оставьте небольшое отверстие. Выпекайте кулебяку 15–20 минут на сухом противне, сразу переложите на блюдо и смажьте сливочным маслом.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы придать вкус компоту, влейте в него немного виноградного вина, положите цедру лимона или апельсина. Фрукты для компота нарезайте одинаковыми дольками, тогда они дойдут до готовности одновременно.

***КУЛИЧ***

***Требуется:*** *500 г муки, 150 г сливочного масла, 200 г сахара, 4 яйца, цедра лимона, соль, 250 г молока, 30 г дрожжей, 100 г изюма без косточек, яйцо, 50 г сахарной пудры.*

***Способ приготовления.*** Масло, яичные желтки, половину сахара, соль, измельченную лимонную цедру разотрите в пену, добавьте половину муки и осторожно размешайте (не миксером!). В теплом молоке распустите дрожжи и сахар, добавьте оставшуюся муку, замесите тесто и оставьте его в теплом месте. Когда оно поднимется, к нему добавьте тесто, замешанное без дрожжей, и все тщательно вымесите, чтобы получилось тесто без комочков. Изюм вымойте и высушите на полотенце. Положите его в тесто. Разложите тесто в формы, заполняя их примерно на 1/3. Подождите 20–30 минут, затем смажьте тесто яйцом и выпекайте в горячей духовке. Готовый кулич посыпьте сахарной пудрой.

***ЛЕПЕШКИ СО ШКВАРКАМИ***

***Требуется:*** *750 г муки, 40 г сахара, 2 яйца, 10 г дрожжей, соль, 80 г белого вина, 100 г топленого сала.*

***Для начинки:*** *300 г свиного сала, 120 г молока, молотый черный перец, соль.*

***Способ приготовления.*** Разведите дрожжи и сахар в подогретом молоке, добавьте яйца, вино, соль, муку и вымесите тесто. Когда оно будет отставать от рук, скатайте его в шар и положите в морозилку на 2 часа. Сало нарежьте мелкими кубиками, добавьте молоко и на медленном огне выпарите влагу, пока шкварки не приобретут светло-коричневую окраску. Слейте жир и охладите шкварки, добавьте перец и соль.

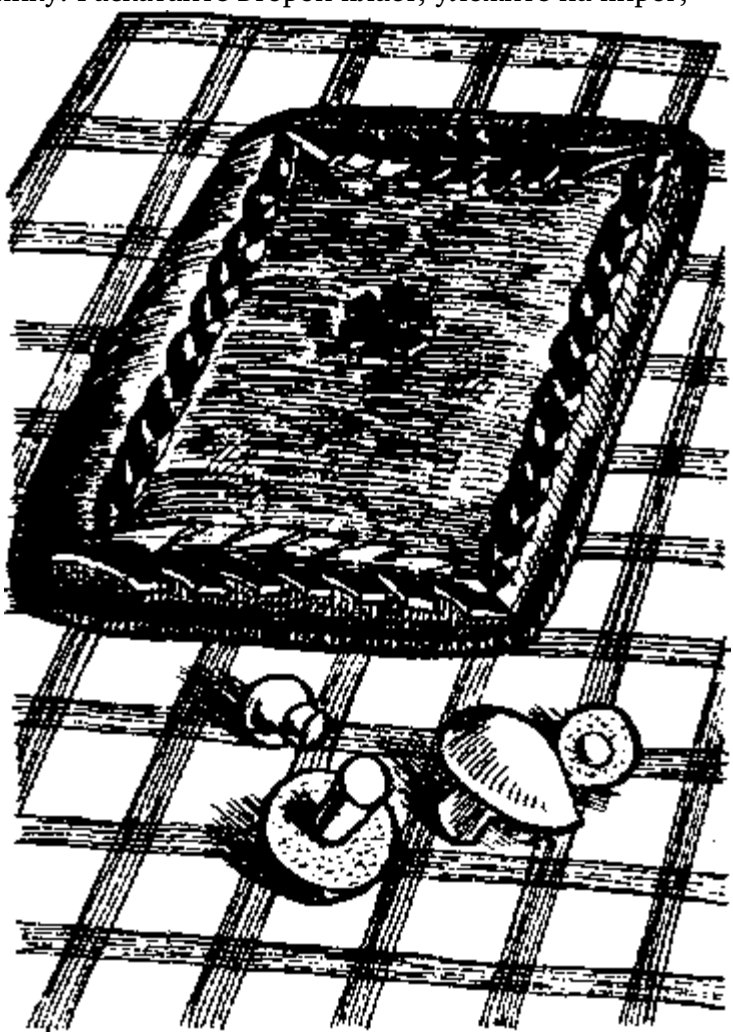
Тесто разморозьте, раскатайте в пласт толщиной 1 см, половину смажьте топленым салом и накройте другой половиной. Раскатайте и повторите то же самое еще несколько раз. Раскатайте в пласт толщиной 1 см, на одну половину высыпьте шкварки, накройте другой половиной и раскатайте до толщины 1,5 см. Тесто разрежьте на прямоугольные лепешки, выложите их на противень, дайте постоять, потом смажьте салом и выпекайте 20–25 минут.

***ПИРОГ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *1 кг муки, 250 г молока, яйцо, 20 г сахара, соль, 50 г топленого сливочного масла, 20 г дрожжей.*

***Для начинки:*** *300 г сушеных грибов, головка репчатого лука, соль, 30 г маргарина.*

***Способ приготовления.*** Замесите тесто мягкой консистенции, разделите его на 2 части и поставьте в теплое место на 20 минут, чтобы оно расстоялось. Сушеные грибы отварите, пропустите через мясорубку. Мелко нарезанный лук обжарьте и добавьте к грибам. Из одной части теста раскатайте пласт 250 толщиной 1 см и положите его на смазанный маргарином металлический лист. На разложенное тесто выложите фарш, края у пирога приподнимите и заверните на начинку. Раскатайте второй пласт, уложите на пирог,



а края слепите. Пирог поставьте в теплое место для расстаивания на 10–15 минут, затем смажьте маслом или яйцом, сделайте проколы ножом и выпекайте в духовке при температуре 220 ˚С в течение 25–30 минут.

***ПИРОГ С КАПУСТОЙ***

***Требуется:*** *40 г дрожжей, по 500 г молока и муки, 250 г маргарина, 60 г сахара, соль.*

***Для начинки:*** *маленький кочан капусты, 3 яйца, 30 г сливочного масла, соль, желток для смазывания пирога.*

***Способ приготовления.*** Замесите тесто, поставьте его в теплое место. Когда оно подойдет, дважды сделайте обминку. Капусту нашинкуйте и поварите в несоленой воде 5–7 минут. Затем откиньте на дуршлаг и охладите. Смешайте с вареными и мелко порубленными яйцами, посолите. Тесто раскатайте в пласт толщиной 1 см, уложите на смазанный маслом противень. Сверху выложите начинку. Поверх нее положите сливочное масло, нарезанное тонкими пластинками. Затем накройте все вторым слоем теста и аккуратно заделайте края. Поверхность пирога смажьте желтком, проткните вилкой и выпекайте до готовности при температуре 180–200 ˚С.

***ПИРОГ С КУРАГОЙ***

***Требуется:*** *250 г муки, 180 г сахара, 3 яйца;*

***Для начинки:*** *500 г кураги, 100 г грецких орехов, яйцо, 60 г ликера, сливочное масло.*

***Способ приготовления.*** Курагу переберите, промойте, немного измельчите и смочите ликером. Орехи измельчите и смешайте с курагой. 3 яйца тщательно взбейте с сахаром на водяной бане при температуре до 50 ˚С. Не переставая взбивать, выньте смесь из бани, охладите до комнатной температуры и смешайте с курагой. Добавьте муку и аккуратно перемешайте. Противень или форму густо смажьте маслом, посыпьте мукой и выложите тесто. Взбейте яйцо, смажьте им тесто и выпекайте 25–30 минут при температуре около 200 ˚С.

К столу лучше подавать охлажденным.

***ПИРОГ С МЯСОМ И ЯЙЦАМИ***

***Требуется:*** *300 г муки, 2 яйца, соль, 250 г воды.*

***Для начинки:*** *5 яиц, 2 луковицы, 200 г растительного масла, 300 отварного мяса, перец, мята лимонная.*

Из муки, яиц, соли и воды замесите тесто. Мясо и лук мелко порубите, перемешайте и обжарьте. Яйца сварите вкрутую, порубите, мяту мелко порежьте, все смешайте с мясом, луком и

половиной растительного масла, поперчите. Сделайте из теста два пласта: большой и поменьше. На смазанный маслом противень уложите большой пласт, на него — начинку, заверните края и побрызгайте маслом. Сверху положите меньший пласт и тоже намажьте маслом, сделайте в нем отверстие. Запекайте пирог в умеренно нагретой духовке, подавайте с кефиром или простоквашей.

### *ПИРОГ С РИСОМ, ЯЙЦАМИ И РЫБОЙ*

***Требуется:*** *500 г муки, 250 г сметаны, 2 яйца, 30 г сахара, 60 г сливочного масла, соль.*

***Для начинки:*** *300 г рыбы (можно консервированной), 4 яйца, 250 г риса, 60 г растительного масла, соль.*

***Способ приготовления.*** Взбейте сметану с сахаром, добавьте яйца, масло, муку и замесите пресное тесто. Рыбу отварите, порубите. Рис отварите в кипящей подсоленной воде, но чтобы он не разварился, остудите и смешайте с рыбой. 3 яйца сварите, остудите и мелко порежьте. Раскатайте тесто в две круглые лепешки. Выложите первую на смазанную жиром сковороду, поверх ровным слоем разместите яйца, потом слой риса с рыбой. Накройте второй лепешкой, заделайте края. Проколите несколько раз ножом для выхода пара. Выпекайте в умеренно нагретом духовом шкафу при температуре 220–230 °С.

### *ПИРОЖКИ С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ И ЯЙЦАМИ*

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, 15 г сахара, яйцо, соль, 20 г дрожжей.*

***Для начинки:*** *500 г гречневой крупы, соль, головка репчатого лука, 300 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Затем добавьте соль, масло, муку, замесите тесто, поставьте в тепло. Когда тесто поднимется, обомните и снова поставьте в тепло. После того как оно поднимется во второй раз, обомните его и приступайте к приготовлению пирожков. Для начинки гречку переберите, тщательно промойте и сварите до полной готовности. Лук нашинкуйте и поджарьте на масле, смешайте с гречкой, подсолите.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, заделайте края и придайте форму пирожка. Сформованные пирожки оставьте для расстойки на 10–15 минут, после этого

жарьте на сковороде с растопленным жиром или растительным маслом, переворачивая, чтобы пирожки поджаривались с обеих сторон.

***ПИРОЖКИ С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, соль, по 20 г дрожжей и сахара, яйцо.*

***Для начинки:*** *100 г сухих грибов или 200 г свежих, 30 г растительного масла, 2 головки репчатого лука, соль, 10 г муки, 300 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Добавьте соль, масло, яйцо, муку и замесите тесто, поставьте его в теплое место. Когда тесто поднимется, обомните его и снова поставьте в тепло. После того как оно поднимется во второй раз, обомните его. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки грибы промойте, отварите (сухие грибы предварительно отмочите). Лук измельчите, поджарьте и смешайте с ложкой муки, грибами и солью.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, слепите края и придайте форму пирожка. Жарьте пирожки на растопленном жире или растительном масле, переворачивая, чтобы они равномерно подрумянились.

***ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

***Для начинки:*** *700 г капусты, 2 яйца, 60 г сливочного масла, соль, 300 г растительного масла или кулинарного жира для жарки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Добавьте соль, масло, яйцо, муку и замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки капусту мелко порубите, ошпарьте в дуршлаге кипятком, дайте стечь воде и отожмите досуха. Яйца сварите вкрутую. Капусту посолите, смешайте с измельченными яйцами и заправьте маслом.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, склейте края и придайте им форму пирожка. Сформованные

пирожки оставьте расстояться на 10–15 минут, после чего жарьте на сковороде с растопленным жиром или растительным маслом, переворачивая, чтобы они поджарились равномерно.

***ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

*Для* ***начинки:*** *600 г картофеля, 30 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, соль, 300 г растительного масла или маргарина для жарки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Затем замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки очищенный картофель отварите, слейте воду и поставьте на край плиты для подсушивания. Лук порубите и поджарьте на растительном масле. Картофель разомните толкушкой, добавьте лук, соль и сливочное масло.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, слепите края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10 минут и жарьте их на растопленном маргарине или масле, поворачивая, чтобы подрумянились обе стороны.

***ПИРОЖКИ С ЛИВЕРОМ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

*Для* ***начинки:*** *400 г ливера, 2 головки репчатого лука, молотый перец, соль, 300 г растительного масла или маргарина.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам, но тесту нельзя перестаивать. Для начинки легкое, печень или сердце отварите, остудите и пропустите через мясорубку. Фарш поджарьте на растительном масле с мелко нарезанным луком, поперчите и посолите.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, заделайте края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10–15 минут и жарьте на масле или маргарине,

равномерно переворачивая.

***ПИРОЖКИ С ЛУКОМ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

***Для начинки:*** *400 г зеленого лука, по 30 г сливочного масла и муки, соль, 300 г маргарина или растительного масла для жарки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки лук промойте и мелко порубите, смешайте с мукой, солью и сливочным маслом.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, слепите края и придайте форму пирожка. Сформованные пирожки оставьте расстояться на 10–15 минут. Жарьте на растопленном маргарине или на растительном масле, переворачивая, чтобы подрумянились обе стороны.

***ПИРОЖКИ С ЛУКОМ И ЯЙЦАМИ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

***Для начинки:*** *350 г зеленого лука, 3 яйца, 30 г сливочного масла, соль по вкусу, 300 г маргарина или растительного масла.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Затем замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки яйца сварите вкрутую, очистите и мелко порубите. Лук нашинкуйте и смешайте с яйцами, солью и сливочным маслом.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, заделайте края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10–15 минут. Жарьте на растопленном маргарине или растительном масле, равномерно переворачивая.

***ПИРОЖКИ С МОЗГАМИ***

***Требуется:*** *900 г пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, яйцо, соль, по 20 г дрожжей и сахара.*

***Для начинки:*** *400 г мозгов, 2 головки репчатого лука,*

*молотый перец, соль, 60 г сливочного масла, 300 г растительного масла или маргарина.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Затем замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки мозги вымочите в прохладной воде, промойте, обсушите, осторожно удалите пленку. Затем разберите на части, мелко порежьте и потушите в разогретом сливочном масле. Лук нашинкуйте, спассеруйте в растительном масле и смешайте с мозгами, посолите и поперчите.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, залепите края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10–15 минут. Жарьте на растопленном маргарине или растительном масле, равномерно переворачивая.

***ПИРОЖКИ С МЯСОМ***

***Требуется:*** *1 кг пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, 15 г сахара, яйцо, соль, 20 г дрожжей.*

***Для начинки:*** *400 г мякоти говядины, 60 г растительного масла, 2 головки репчатого лука, молотый перец, соль, яйцо для смазки.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки мясо пропустите через мясорубку, поджарьте фарш в масле почти до готовности с мелко нарубленным луком, посолите, поперчите.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, заделайте края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10–15 минут. Смажьте взбитым яйцом, поставьте в теплую духовку и выпекайте при умеренной температуре 20–30 минут.

***ПИРОЖКИ С РЫБНЫМ ФАРШЕМ***

***Требуется:*** *1 кг пшеничной муки, 250 г молока или воды, 30 г сливочного масла, 15 г сахара, яйцо, соль, 20 г дрожжей.*

***Для начинки:*** *400 г филе рыбы (судака, хека, минтая), 2*

*головки репчатого лука, 30 г растительного масла, молотый перец, соль, яйцо.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите теплым молоком или водой, поставьте в теплое место. Замесите тесто, поставьте его в теплое место. В процессе брожения тесто два раза обомните. Готовое тесто должно быть вымешено до гладкости и не прилипать к рукам. Для начинки рыбу припустите, отделите от костей и мелко порубите. Лук спассеруйте в масле, смешайте с фаршем, посолите и поперчите по вкусу.

Тесто выложите на стол, обсыпанный мукой, разделайте на маленькие булочки и после небольшой расстойки (10–15 минут) раскатайте на круглые лепешки. На них положите начинку, залепите края и придайте форму пирожка. Пирожкам дайте расстояться 10–15 минут. Смажьте взбитым яйцом, поставьте в духовку и выпекайте при умеренной температуре 20–30 минут.

***ПИЦЦА С ГРИБАМИ***

***Требуется:*** *750 г пшеничной муки, 250 г воды, 30 г маргарина, яйцо, 20 г дрожжей, соль.*

***Для начинки:*** *50 г сухих или 100 г маринованных грибов, 60 г майонеза, 2 помидора, 10 г растительного (оливкового) масла, головка репчатого лука, 120 г твердого сыра.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите в небольшом количестве теплой воды, поставьте в теплое место. Добавьте яйцо, соль, маргарин, муку и замесите крутое тесто. Дайте ему расстояться 10–15 минут и раскатайте на столе, обсыпанном мукой, в круглую или квадратную лепешку до толщины 1 см. Положите лепешку на противень и намажьте майонезом.

Помидоры ошпарьте кипятком, снимите с них кожицу, немного посолите и разложите по всей поверхности пиццы. Сухие грибы отмочите и сварите до готовности в слегка подсоленной воде, порежьте на куски. Готовые маринованные грибы порежьте на половинки или четвертинки. Разложите грибы на помидоры и сбрызните растительным маслом. Лук нарежьте тонкими кольцами и тоже разложите. Сыр твердого сорта натрите на мелкой терке, слегка подсушите и посыпьте им всю поверхность пиццы. Выпекайте в горячей духовке 15–20 минут.

***ПИЦЦА С РЫБОЙ***

***Требуется:*** *750 г пшеничной муки, 250 г воды, 30 г маргарина, яйцо, 20 г дрожжей, соль.*

*Для начинки: 120 г филе рыбы, 60 г майонеза, 2 помидора, 30 г растительного масла, головка репчатого лука, 100 г твердого сыра.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите в небольшом количестве теплой воды, поставьте в теплое место. Добавьте яйцо, соль, маргарин, муку и замесите крутое тесто. Дайте ему расстояться 10–15 минут и раскатайте на столе, обсыпанном мукой, в круглую или квадратную лепешку толщиной 1 см. Положите тесто на противень и смажьте майонезом.

Помидоры ошпарьте кипятком, снимите с них кожицу, немного посолите и разложите по всей поверхности пиццы. Рыбу пропустите через мясорубку и потушите в растительном масле, разложите на пиццу. Лук нарежьте тонкими кольцами и положите на рыбу. Сыр твердого сорта натрите на мелкой терке, слегка подсушите и посыпьте им всю поверхность пиццы. Выпекайте в горячей духовке 15–20 минут.

***РИСОВЫЙ КУРНИК***

***Требуется:*** *2 яйца, 100 г сливочного масла, 200 г сметаны, 750 г муки, соль.*

***Для начинки:*** *тушка курицы, 50 г сливок, 250 г риса, 2 яйца, петрушка, 1/4 лимона.*

***Способ приготовления.*** Вылейте в кастрюлю 2 яйца, добавьте масло, сметану, всыпьте муку, соль и замесите тесто. Курицу сварите и немного охладите. Мясо отделите от костей, мелко порубите, кости доварите в бульоне. Затем к 300 г куриного бульона прибавьте сливки, размешайте, поставьте на огонь и уварите, чтобы осталась половина жидкости. Введите в соус мелко нарубленную петрушку, несколько капель лимонного сока, все куриное мясо и остудите. Рис ошпарьте и сварите в курином бульоне до мягкости. Яйца сварите вкрутую, порубите.

Отделите 3/4 приготовленного теста, раскатайте пласт теста толщиной 5 мм и выложите на противень. Половину риса выложите на тесто, оставив края непокрытыми. На рис выложите яйца и половину курицы, затем еще рис и оставшуюся курицу. Ложкой примните начинку поплотнее, заверните края. Сверху положите «крышку» из оставшегося теста, оставив посередине отверстие. Смажьте яйцом и выпекайте в горячей духовке 30 минут.

***ТВОРОЖНИКИ***

***Требуется:*** *по 500 г творога (2 пачки) и сметаны, 400 г пшеничной муки, яйцо, 60 г сахарного песка, немного соли, 100 г растительного масла или маргарина для жарки.*

***Способ приготовления.*** Творог разотрите до однородной массы, добавьте соль и стакан муки. Яйцо тщательно взбейте с сахаром и соедините с полученной массой. Затем все смешайте с

половиной стакана сметаны и сформуйте круглые творожные шарики размером с куриное яйцо. Каждый шарик разомните руками и обваляйте со всех сторон в муке. Жарьте творожники в горячем растительном масле или растопленном маргарине. Когда одна сторона подрумянится, переверните творожники, чтобы они хорошо поджарились с обеих сторон.

Подайте со сметаной или с растопленным сливочным маслом.

# ДЕСЕРТ

***КЕКС ОРЕХОВЫЙ***

***Требуется:*** *по 250 г муки, сахара и грецких орехов, 1 стакан белков, отделенных от желтков.*

***Способ приготовления.*** Белки взбейте в крепкую пену, постепенно добавляя сахар. Муку смешайте с растертыми орехами. Затем соедините белки с мукой и орехами. Осторожно размешайте и выложите в форму, смазанную сливочным или растительным маслом и присыпанную мукой. Форму заполняйте тестом на 3/4 объема. Пеките кекс 50–60 минут при температуре 230 ˚С. Готовую выпечку вынесите на сутки в прохладное место.

***КЕКС С ИЗЮМОМ***

***Требуется:*** *750 г муки, 120 г сахара, 150 г сливочного масла, 8 яиц, 350 г меда, 400 г изюма, лимон, 200 г миндаля, 125 г грецких орехов, 30 г молотой корицы, соль и сода.*

***Способ приготовления.*** В кастрюлю положите сахар, мед, масло и соль и размешайте до однородной массы. Затем добавьте яйца, корицу, муку, предварительно смешанную с

содой. Все очень хорошо перемешайте. Изюм хорошо промойте и распарьте, орехи мелко порубите, лимон порежьте на маленькие кусочки. Соедините тесто с изюмом, орехами и лимоном. Все перемешайте, выложите в форму, смазанную сливочным или растительным маслом, и выпекайте кекс при температуре 220 °С в течение 55–60 минут. Для этого кекса требуется форма с толстыми стенками.

***МОРКОВНЫЙ ПУДИНГ***

***Требуется:*** *250 г моркови, 400 г молока, 180 г сахара, 60 г сливочного масла, 3–4 яйца, по 50 г лимонной цедры, изюма и орехов, 1/4 ч. л. ванилина, 120 г панировочных сухарей.*

***Способ приготовления.*** Морковь очистите от кожуры и натрите на мелкой терке. Яичные желтки разотрите с сахаром и добавьте в них ванилин. Все это положите в тертую морковь. Лимонную цедру измельчите и с изюмом и орехами введите в морковь. Туда же положите сливочное масло, влейте теплое молоко, тщательно перемешайте. Взбейте яичные белки до густой пены. Осторожно влейте в тесто и перемешайте. Форму для выпечки смажьте маслом и пересыпьте сухарями. Выпекайте пудинг в духовом шкафу на среднем огне в течение 30–40 минут. Выньте из формы на тарелку или блюдо.

Подавайте к столу с ягодным джемом или повидлом.

***ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ***

***Требуется:*** *500 г муки, 400 г воды, 30 г дрожжей, 30 г сахара, соль, 100 г растительного масла, 200 г изюма.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите в теплой воде, добавьте сахар и соль. Всыпьте муку и осторожно замесите тесто. Изюм промойте, распарьте, положите в тесто, тщательно перемешайте и поставьте в теплое место на 30 минут, чтобы оно поднялось. По истечении этого времени еще раз перемешайте тесто и приступайте к выпеканию оладьев. Сковороду хорошенько прокалите, предварительно протерев ее солью, чтобы оладьи легко снимались и не пригорали. Вылейте на нее растительное масло и нагрейте его. Для выпечки большую ложку опустите в жир, осторожно набирайте ею тесто и выливайте на нагретую сковороду. Когда одна сторона оладьев обжарится, переверните их на другую сторону.

К оладьям обычно подают сметану или мед.

***ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ***

***Требуется:*** *1/2 л кефира или простокваши, 150 г муки, яйцо, соль, 140 г сахара, 30 г растительного масла, 100 г сливочного масла, 5— 7 яблок среднего размера.*

***Способ приготовления.*** Яйцо хорошо взбейте, соедините с кефиром или простоквашей, добавьте соль, сахар, растительное масло, муку и замесите пышное, легкое, полугустое тесто. Яблоки очистите от кожуры и семечек, нарежьте на дольки. Тесто берите большой ложкой и разливайте на смазанную маслом горячую сковороду. На поверхности оладьев аккуратно разложите дольки яблок. Когда нижний слой оладьев обжарится, переверните их на другую сторону, яблоками вниз, и подрумяньте. Готовые оладьи снимите со сковороды, выложите на блюдо и посыпьте сахаром.

***ПЕЧЕНЬЕ ОРЕХОВОЕ***

***Требуется:*** *400 г муки, по 120 г сахара и орехов, 250 г сливочного масла или маргарина, яйцо, 130 г грецких орехов, 50 г лимонной цедры.*

***Способ приготовления.*** Возьмите муку и просейте ее на разделочную доску, смешайте с сахаром. Орехи разотрите и добавьте в муку. Туда же положите измельченную лимонную цедру, натертое на крупной терке сливочное масло или маргарин, яйцо и замесите очень крутое тесто. Готовое тесто раскатайте на посыпанной мукой разделочной доске. Если у вас есть специальная формочка, вырежите с ее помощью различные фигурки. Если же таковой не имеется, воспользуйтесь обыкновенной рюмкой или стаканом. Положите их на противень, смазанный сливочным маслом и присыпанный мукой. Поставьте противень в горячую духовку и выпекайте печенье в течение 15–20 минут при температуре 200 °С. Готовые изделия выложите на блюдо и посыпьте сахарной пудрой.

### *ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ, С РИСОМ И ИЗЮМОМ*

***Требуется:*** *1/2 л молока, 50 г дрожжей, яйцо, 140 г сахара, 750 г муки, по 60 г сливочного и растительного масла, 1/5 порошка ванилина.*

***Для начинки:*** *400 г отварного риса, 100 г меда, 60 г сливочного масла, 200 г изюма.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите в теплом молоке. В муку влейте яйцо, всыпьте сахар, положите сливочное масло. Замесите тесто, постепенно добавляя разведенные в молоке дрожжи. Положите растительное масло и ванилин. Поставьте тесто в теплое место подходить. Для начинки рис отварите и остудите. Масло и мед растопите и положите в рис, добавьте изюм. Тщательно перемешайте.

Когда тесто подойдет, выложите его на смазанный маслом стол и раскатайте пласт в толщиной 1 см. Противень для выпечки смажьте маслом и посыпьте мукой. Выложите раскатанное тесто так, чтобы его края были приподняты. В центр пирога уложите начинку, а края теста еще слегка приподнимите, слегка прикрыв начинку. Поставьте для выпекания пирог в духовой шкаф на 30–40 минут (до появления золотистой корочки на тесте) на средний огонь.

### *ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ*

***Требуется:*** *1/2 л молока, 750 г муки, 100 г сливочного масла, 70–90 г растительного масла, 50 г дрожжей, яйцо, 120 г сахара.*

***Для начинки:*** *1/2 кг яблок, 90 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Дрожжи разведите в теплом молоке.

Яйца, сливочное масло и сахар перемешайте с мукой. Постепенно вливая разведенные в молоке дрожжи, замесите тесто. Добавьте растительное масло. Яблоки очистите от кожуры и сердцевины, нарежьте тонкими ломтиками.

Когда тесто подойдет, поделите его на две части (одна должна составлять примерно 2/3 от общего количества теста, а вторая — лишь 1 /3) и раскатайте из них два пласта. Из большого — толщиной 1–2 см, а из маленького — 1 см. Толстый пласт положите на дно промазанной жиром формы для выпекания и разровняйте. Положите по всей его площади равномерным слоем начинку. Посыпьте сахаром. Затем накройте вторым пластом и заделайте края пирога. В середине пирога прорежьте отверстия диаметром 3–5 см. По желанию, можете смазать пирог яичным желтком. Поставьте его для выпекания в духовой шкаф на 30–40 минут. Затем выньте на блюдо и дайте немного остыть.

***ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНОЕ***

***Требуется:*** *по 180 г сахара, муки и сливочного масла или маргарина, 5 яиц, по 50 г шоколада и растертых орехов.*

*Для глазури: 150 г сливочного масла или маргарина, 90 г какао.*

***Способ приготовления.*** Сахар взбейте с яичными желтками (предварительно отделенными от белков) до образования густой пены. Добавьте сливочное масло или маргарин, снова взбейте. После этого, постоянно помешивая, введите по одному яйцу. Введите тертый шоколад, растертые орехи и муку.

Готовое тесто выложите на посыпанный мукой стол, раскатайте, вырежите рюмкой или специальной формочкой пирожные, переложите их на смазанный сливочным маслом и обсыпанный мукой противень и поставьте в умеренно теплую духовку. Выпекайте 20–25 минут при температуре 180–200 °С. Готовые изделия охладите и глазируйте.

Приготовление глазури: сливочное масло или маргарин растопите, добавьте какао и тщательно перемешайте. Охладите до теплого состояния и нанесите на пирожные.

***ПОНЧИКИ***

***Требуется:*** *3 яйца, по 180 г сахара и молока, 750 г муки, 400 г растительного масла, по 1/2 ч. л. соды и уксусной эссенции.*

***Способ приготовления.*** Яйца разотрите с сахаром. Добавьте муку и соду, предварительно погашенную уксусной эссенцией, и перемешайте. Молоко слегка подогрейте, добавьте в тесто и хорошо вымесите его. В глубокую чугунную сковороду налейте растительное масло и как следует разогрейте. Приготовьте

столовую ложку и стакан с водой. Ложку смачивайте в воде, чтобы тесто к ней не прилипало, берите ею тесто и опускайте его в кипящее масло. Обжаривайте пончик с обеих сторон до появления золотистой корочки. После того как пончики хорошо прожарятся, вынимайте их из масла и кладите на сетку или в дуршлаг, чтобы стек излишек масла. Положите их на блюдо и посыпьте сахарной пудрой.

К столу пончики можно подавать с джемом, сметаной, йогуртом или медом.

### *ПОНЧИКИ С ПОВИДЛОМ*

***Требуется:*** *2 яйца, 180 г сахара, 250 г молока, 1 кг муки, 400 г масла растительного, по 1/2 ч. л. соды и уксуса.*

***Для начинки:*** *250 г повидла.*

***Способ приготовления.*** Яйца разотрите с сахаром. Всыпьте муку и тщательно перемешайте. Положите гашеную соду и влейте теплое молоко. Замесите густое тесто. Масло налейте на разогретую сковороду и доведите до кипения. Тесто поделите на маленькие кусочки и раскатайте из них лепешечки толщиной около 1/2 см. В центр каждой такой лепешечки кладите по 1/2 чайной ложки повидла и защипывайте края (как у пирожка). Пальцами придайте пончикам округлую форму и запускайте их в кипящее масло. Каждый пончик обжарьте с обеих сторон. Выложите их на решетку или в дуршлаг для стекания излишков масла. После этого переложите в блюдо и посыпьте сахарной пудрой.

На стол с пончиками можно подавать сметану или густой йогурт.

### *ПУДИНГ БИСКВИТНЫЙ*

***Требуется:*** *150 г маргарина, 200 г сахара, 6 яиц, 300 г бисквита, 30 г какао, 500 г кураги или чернослива, 120 г сахарного сиропа.*

***Способ приготовления.*** Маргарин хорошо разотрите с половиной порции сахара, постепенно добавляя по одному желтку. Все смешайте с какао. Бисквит залейте сахарным сиропом и, когда он размокнет, добавьте желтково-масляную массу. Затем введите промытый и измельченный чернослив или курагу. Отдельно взбейте белки с оставшимся сахаром, вмешайте в приготовленную массу. Все выложите в смазанную маргарином и посыпанную мукой форму и запекайте в духовке 50–60 минут. Готовый пудинг подавайте горячим или теплым.

Обычно его подают с холодным молоком или любым сладким соусом.

***РИСОВЫЙ ПУДИНГ***

***Требуется:*** *1 л молока, 200 г риса, 100 г сахара, 90 г сливочного масла, 3 яйца, соль, 1 кг яблок, лимон, ванилин.*

***Способ приготовления.*** Для начала сварите молочную рисовую кашу. Добавьте в нее сахар и ванилин. Яблоки очистите от кожуры, нарежьте небольшими дольками и тушите в небольшом количестве воды. Введите туда сахар и сок лимона. Яйца взбейте с сахаром до образования густой пены, соедините с рисом и яблоками. Смажьте сливочным маслом форму и положите туда подготовленную массу. Запекайте в умеренно горячей духовке 20 минут.

Готовый пудинг подавайте с любым фруктовым соком или ванильным соусом.

***СЛОЙКА***

***Требуется:*** *500–600 г муки, 250 г воды, 10–15 капель лимонной кислоты, 240 г масла или маргарина, 50–60 г муки, яйцо, соль.*

***Способ приготовления.*** В глубокую посуду налейте воду, добавьте лимонную кислоту, соль и муку. Замесите тесто так, чтобы не было комков. Вымешивать такое тесто следует до тех пор, пока оно не станет легко отлипать от рук.

Поставьте на 30 минут в теплое место. Разотрите масло (маргарин) и добавьте к нему муку. Тесто раскатайте в пласт и слегка посыпьте мукой. В его центр положите масло, сформованное в виде лепешки. Сделайте «конвертик», накрыв масло краями теста. И опять раскатайте «конверт» скалкой. Пласт сложите вчетверо и поставьте на 10–15 минут в тепло. Затем снова раскатайте в пласт, толщина которого должна составлять примерно 1 см, и снова сложите вчетверо. Положите в холод на 20 минут. Затем достаньте, раскатайте до той же толщины, еще раз сложите. Тесто готово.

Из готового теста раскатайте пласт толщиной около 1 см и вырежите из него небольшие прямоугольнички. Посыпьте их сахаром. Противень сбрызните водой и положите на него заготовки. Выпекайте примерно 25 минут при температуре 250 °С.

Готовые слойки можно подавать с джемом или повидлом.

***СЛОЙКА ПЛЕТЕНАЯ***

***Требуется:*** *650 г муки, 15 капель лимонной кислоты, по 250 г масла или маргарина и воды, 40 г муки, 70–90 г сахара, яйцо, 1/4 порошка ванилина, соль.*

***Для украшения:*** *100 г сгущенного молока, 150 г масла, 120 г*

*орехов.*

***Способ приготовления.*** Из муки, воды, лимонной кислоты, сахара, яйца и ванилина замесите тесто. Вымешивайте до тех пор, пока оно не станет легко отделяться от рук. Дайте немного постоять. Затем раскатайте в пласт и слегка посыпьте мукой. Масло или маргарин разотрите, добавьте муки и сформуйте из него лепешку, выложите ее в центр раскатанного пласта. Краями пласта закройте в виде «конверта» масло.

Полученный конверт раскатайте и сверните вчетверо, положите в холодильник на 20 минут. Достаньте, еще раз раскатайте в пласт толщиной примерно 1 см и сложите вчетверо. Дайте постоять 10 минут. Снова раскатайте и еще раз сложите вчетверо. Раскатайте. Из полученного пласта вырежите полосочки, из них скатайте жгутики и переплетите по два. Посыпьте сахаром и выложите на сбрызнутый водой противень. Выпекайте 20–25 минут при температуре 250 °С. После выпекания остудите.

Сгущенку и масло взбейте в крем. Смажьте им каждую слойку, посыпьте обжаренными и измельченными орехами.

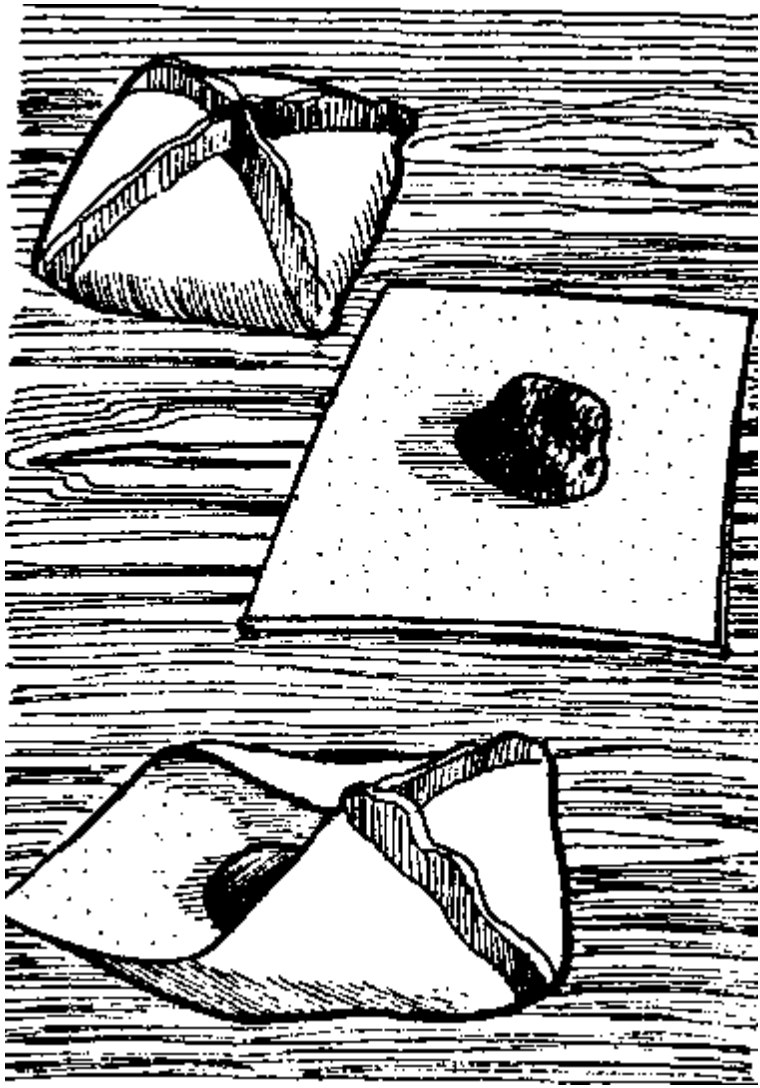
### *СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ*

***Требуется:*** *650 г муки, яйцо, 250–300 г масла или маргарина, 15 капель лимонной кислоты, 40 г муки, соль.*

***Для начинки:*** 400 г фруктового повидла.

***Способ приготовления.*** Из муки, яйца, лимонной кислоты и соли замесите тесто. Раскатайте его в пласт толщиной 2 см. Маргарин или масло разотрите и перемешайте с мукой. Полученную массу сформуйте в виде лепешки и положите в центр раскатанного теста. Краями теста накройте масло так, чтобы в результате получился «конвертик». Раскатайте его и сложите вчетверо. Положите в холодильник на 20–25 минут.

Когда достанете тесто из холодильника, раскатайте его в пласт толщиной около 1 см и сложите вчетверо. Дайте постоять 10 минут. Снова раскатайте и еще раз сложите вчетверо. Дайте постоять еще минут 5 и снова раскатайте. Из полученного пласта вырежите небольшие квадратики. В центр их положите повидло. Закройте в виде «конвертика», края заделайте. Выложите слойки на противень, сбрызнутый водой, и выпекайте 25 минут при температуре 250 °С.



***СМЕТАННИК***

***Требуется:*** *по 250 г сахара, муки и сметаны 2 яйца, 3–4 средних яблока, 60 г растительного масла, 5 г соды.*

***Способ приготовления.*** Тщательно смешайте муку, сахар, яйца и сметану, желательно миксером. Добавьте в тесто соду и на резанные небольшими кусочками свежие яблоки. Все хорошо перемешайте. Залейте тес то в форму, смазанную растительным мае лом, и выпекайте в духовке на среднем огне 25–30 минут. Готовый пирог можете украсить кусочками фруктов, кремом или шоколадной помадкой.

***СУФЛЕ ИЗ СМЕТАНЫ***

***Требуется:*** *500 г густой сметаны, 6 яиц, 250 г сахара, 10 г ванилина, 90 г муки, 20 г сливочного масла.*

***Способ приготовления.*** Холодную сметану взбейте с половиной сахара. Отделите белки от желтков и взбейте белки с оставшимся сахаром до образования густой белой пены. Разотрите добела желтки, добавьте в них муку и тщательно перемешайте. Все ингредиенты соедините и размешайте до образования однородной массы, выложите ее в посуду для выпекания, смазанную сливочным маслом и посыпанную мукой. Посыпьте сахарной пудрой. Выпекайте суфле в нагретой до 170 °С духовке 15–20 минут. Готовность суфле определите с помощью ножа: его лезвие, опускаемое в суфле, должно остаться чистым.

Подавайте изделие к столу сразу же после выпекания. Если хотите, выпекайте суфле в специальных порционных формах или вазочках.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Французы не представляют себе кулинарию без сыра. Большинство его сегодняшнего ассортимента берет свое начало именно от них. Ни одна трапеза во Франции не проходит без сыра. Знаменитый сорт сыра рокфор был известен еще древним римлянам, 2 тысячи лет тому назад. Для французов сыр может быть как десертом, так и закуской. Умелые француженки способны сварить даже суп из сыра.

***ХВОРОСТ***

***Требуется:*** *120 г молока, 30 г сметаны, 3 желтка, 40 г сахара, 15 г водки, соль, 650 г муки, 100 г сахарной пудры, 500 г растительного масла.*

***Способ приготовления.*** Просейте муку, высыпьте ее на разделочную доску горкой. Сделайте углубление и влейте туда молоко. Туда же добавьте сметану. Желтки взбейте с сахаром до образования *густой пены,* добавьте в них водку, влейте в муку и замесите крутое тесто. Накройте его чистой салфеткой и оставьте для расстойки на 25–30 минут. После этого тесто очень тонко раскатайте и нарежьте тонкими длинными полосками. В центре каждой полоски сделайте надрез и выверните полоски наизнанку. В небольшой кастрюльке разогрейте растительное масло и небольшими порциями опускайте в него хворост. Как только хворост зарумянится, выньте его и посыпьте сахарной пудрой.

# НАПИТКИ

***КВАС ХЛЕБНЫЙ***

***Требуется:*** *3 л воды, 600 г ржаного хлеба, 350 г сахара, 15 г сухих дрожжей, 20 г изюма.*

***Способ приготовления.*** В домашних условиях квас обычно готовят из сухарей. В духовке подсушите нарезанный ломтиками хлеб, не давая ему подгореть. Сухари уложите в кастрюлю или бочонок, залейте кипятком и закройте крышкой. Смесь продержите в течение 2–3 часов, периодически взбалтывая. Затем настой процедите через марлю и добавьте в него сироп из дрожжей и сахара.

Для сиропа вскипятите стакан воды, добавьте дрожжи и сахар, тщательно перемешайте и доведите еще раз до кипения, периодически помешивая.

После добавления сиропа накройте кастрюлю, в которой бродит квас, и оставьте еще на 6–8 часов в теплом месте. Когда квас начнет пениться, процедите его вторично и разлейте в более мелкие емкости. Добавьте в каждую изюм. Закройте крышками и оставьте на сутки для брожения.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для лучшего сохранения витаминов при варке компота закладывайте ягоды и фрукты в бурно кипящий сироп с добавлением лимонной кислоты.

***УКРАИНСКИЙ КВАС***

***Требуется:*** *3 л воды, 600–700 г ржаного хлеба, 10 г корицы, 300 г сахара, по 20 г дрожжей и мяты.*

***Способ приготовления.*** Нарезанный хлеб и толченую корицу залейте кипятком и, когда смесь остынет, добавьте в нее свежие дрожжи. Тщательно перемешайте и оставьте в теплом месте, накрыв марлей, тканью или ситом, для настаивания и брожения на 4–5 дней. По истечении этого времени должна появиться обильная пена. Уберите ее при помощи шумовки, добавьте сахар, разведенный в горячей воде, долейте еще немного воды, накройте плотной крышкой и поставьте на 4 дня в холодное место, для того чтобы он окончательно перебродил. Сброженный квас процедите несколько раз и положите веточки мяты. Закройте квас крышкой и поставьте в холодное место еще на сутки.

Готовый квас подавайте охлажденным.

***КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ***

***Требуется:*** *500 мл молока, 20 г крахмала, 100 г сахара, ванилин.*

***Способ приготовления.*** Небольшую кастрюлю ополосните под струей холодной воды, чтобы кисель не пригорал при варке, заполните молоком и поставьте на слабый огонь. Сахар измельчите до сахарной пудры и незадолго до закипания молока всыпьте в кастрюлю. Когда молоко закипит, немного помешайте его и убавьте огонь до самого маленького.

Крахмал разведите в небольшом количестве холодного молока или кипяченой воды до полного растворения, влейте его в кастрюлю с кипящим молоком и варите на слабом огне, помешивая, до повторного закипания. Когда смесь снова закипит, снимите ее с огня и добавьте ванилин для аромата. Вылейте горячий кисель в стаканы и охладите.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы быстро остудить горячий компот, поставьте кастрюлю с ним в другую, большую размером, налейте в нее холодную воду и всыпьте шепотку соли.

**КИСЕЛЬ *ШОКОЛАДНЫЙ***

***Требуется:*** *450 мл молока, 30 г крахмала, 60 г какао, 2 яйца, корица, ванилин, 100 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Молоко слегка подогрейте на слабом огне, добавьте ванилин, не снимая кастрюли с огня, и тщательно перемешайте. Крахмал разведите в 1/5 части молока, необходимого для варки киселя, всыпьте какао и корицу. Эту смесь влейте в разогретое молоко, перемешайте и доведите до кипения. Оставьте молоко на очень слабом огне. Отделите белки яиц от желтков. Белки взбейте с сахаром до образования густой пены. Опустите эту смесь в кипящее молоко, накройте крышкой и оставьте в прохладном месте на 5 минут. К столу кисель рекомендуется подавать охлажденным.

***КИСЕЛЬ ЯБЛОЧНЫЙ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 3–4 крупных яблока, 200 г сахара, 20 г крахмала, соль.*

***Способ приготовления.*** Яблоки очистите от кожуры, удалите семенное гнездо и разрежьте каждое на четыре части, протрите через сито и отожмите сок. Оставшаяся масса для приготовления киселя не понадобится.

Крахмал разведите в небольшом количестве холодной кипяченой воды. Весь объем воды доведите до кипения, добавьте в кипящую воду свежевыжатый яблочный сок и разведенный

крахмал. Тщательно перемешайте и всыпьте сахар. Повторно доведите кисель до кипения и варите на слабом огне 5 минут. Перед окончанием варки добавьте соль, чтобы на поверхности киселя не образовалась пленка. Затем снимите напиток с огня и поставьте в холодное место, предварительно разлив в стаканы.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Перед тем как подать десерт, со стола убирают все, что относится к горячей закуске.

***КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ***

***Требуется:*** *450 мл воды, 30 г крахмала, 200 г ягод вишни, красной и черной смородины, крыжовника, 180 г сахара, соль.*

***Способ приготовления.*** Крахмал разведите небольшим количеством холодной воды. У вишни удалите косточки, крыжовник очистите от хвостиков, как и смородину. Протрите очищенные ягоды через сито и выжмите сок, немного подогрейте его на слабом огне. Когда крахмал полностью растворится в воде, влейте в него выжатый ягодный сок. В эту смесь добавьте сахар и тщательно размешайте до его растворения. В кипящую воду залейте ягодную смесь и опять доведите до кипения. Варите кисель 10 минут на слабом огне. В готовый кисель добавьте немного соли и снимите его с огня. Подавайте охлажденным.

***КИСЕЛЬ КАЛИНОВЫЙ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 50 мл сока калины, 30 г крахмала, по 100 г сахара, сметаны или сливок.*

***Способ приготовления.*** Калиновый сок подогрейте на слабом огне, влейте в него растворенный в небольшом количестве воды крахмал. Половину всего объема сахара измельчите до сахарной пудры и взбейте со сметаной или сливками. Пока готовится другая часть киселя, взбитые сливки оставьте в холодильнике. В кипящую воду влейте смешанный калиновый сок с оставшейся половиной сахара. Дождитесь, когда кисель закипит, и варите его на слабом огне 10 минут. Затем снимите с огня, немного охладите и налейте в стаканы, заполнив их на одну треть. Сверху доложите взбитые сливки и поставьте в холодильник для окончательного остывания.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ К десерту подавайте десертные тарелочки, поменяйте приборы и, если требуется, скатерть.

***КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ***

***Требуется:*** *200 мл молока, 50 г мороженого, банан, 60 г*

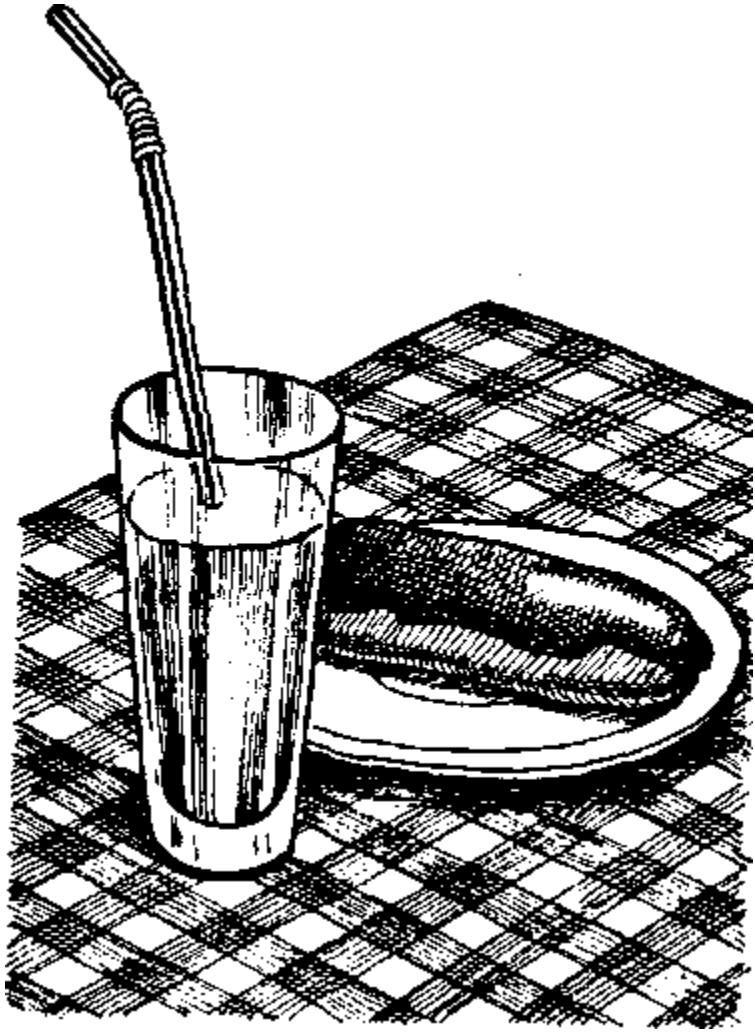
*сахара, яйцо, 70 г любого варенья.*

***Способ приготовления.*** Молоко подогрейте, но не кипятите, положите в него варенье. Для молочного коктейля наиболёе подходит малиновое, смородиновое или другое подобное варенье. Тщательно перемешайте до состояния однородности и охладите 30 минут в холодильнике. Банан очистите от кожуры и мелко порежьте. Желток отделите от белка, хорошо разотрите его и соедините с мороженым, подогретым до комнатной температуры. Когда масса в холодильнике немного охладится, смешайте ее с мороженым и желтком, бананом, засыпьте сахар. Поставьте в холодильник еще на 30–40 минут. Затем вылейте эту массу в миксер и взбивайте в течение трех минут, до появления обильной пены. Готовый напиток сразу же подавайте к столу.

***КОМПОТ ИЗ ВИШНИ И ЯБЛОК***

***Требуется:*** *500 мл воды, 200 г вишни, 2–3 крупных яблока, 100 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Вишню тщательно промойте под струей холодной воды и удалите веточки. Яблоки порежьте на кусочки среднего размера, удалив сердцевину. Воду доведите до кипения и всыпьте в нее сахар. Добавьте в кипящую воду вишню и кусочки яблок. Компот варите на слабом огне 5— 10 минут, периодически помешивая. По ис



течении этого времени снимите компот и немного охладите, процедите. Поставьте в холодильник до конечного остывания. Если вам нравится теплый компот, можете не ставить его повторно в холодильник.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

По традиции, бульон принято варить из одного вида мяса или рыбы. От этих канонов. Отступают только китайцы — они могут приготовить бульон из курицы, говядины, свинины и баранины, зачастую добавляя и рыбу. Такой бульон они считают большим деликатесом. Интересно и то, что среди китайцев практически нет вегетарианцев.

***КОМПОТ ИЗ ГРУШ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 200 г груш, 100 г сахара, кислота лимонная, 30 г цедры лимона или апельсина.*

***Способ приготовления.*** Груши очистите от кожицы, разрежьте на 6–8 частей, удалите сердцевину с семенами, залейте холодной водой с растворенной лимонной кислотой. Кожицу и сердцевины поместите в отдельную посуду, залейте горячей водой и варите в течение 10 минут. Этот отвар охладите, процедите через сито или марлю, добавьте сахар и подготовленные дольки яблок и груш. Поставьте компот на огонь, доведите до кипения, убавьте огонь и варите 6—10 минут. Продолжительность варки зависит от сорта груши. Когда компот будет готов, добавьте цедру лимона или апельсина. Компот снимите с огня и поставьте в холодном месте для охлаждения.

***КОМПОТ ИЗ ПЕРСИКОВ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 300 г персиков, 100 г сахара, 20 г вина, 25 г орехов (миндаля или грецких).*

***Способ приготовления***. Вымытые персики погрузите на 3 минуты в кипящую воду. Затем выньте их шумовкой, положите на сито или дуршлаг и дайте стечь воде. Очистите от кожицы, разрежьте пополам, удалите косточки. В воду, в которой были персики, всыпьте сахар, положите косточки и варите 5–6 минут. Процедите сироп. Нарезанные персики залейте горячим сиропом, добавьте вино, поставьте на огонь и доведите компот до кипения. Орехи измельчите и, когда охлажденный компот разольете в стаканы, посыпьте его орехами.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

На стол можете поставить цветы. Ваза для них не должна быть слишком большой, иначе она будет мешать гостям видеть друг друга. Если стебли цветов слишком велики, их надо подрезать.

***КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 200 г различных сушеных фруктов, лимонная кислота, 180–200 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Сушеные фрукты несколько раз тщательно промойте в теплой воде. Каждый вид фруктов положите в отдельную посуду, залейте кипящей водой, добавьте равномерно сахар в каждую кастрюлю и варите при слабом кипении. Если компот варится из одного вида сухофруктов, можете варить их непосредственно в сиропе. Сушеные яблоки и груши варятся 30–40 минут, курага и чернослив — 15–20 минут, изюм — 5 минут. Готовые фрукты соедините в одной посуде и

залейте кипящим сиропом с лимонной кислотой.

***КРЮШОН МОЛОЧНЫЙ***

***Требуется:*** *300 мл молока, 250 г малины или другой ягоды, 100 г сахара, 60 г лимонного сока.*

***Способ приготовления.*** Сахар измельчите до сахарной пудры. Ягоды выложите в блюдо, посыпьте сахарной пудрой сбрызните соком лимона и, не перемешивая, поставьте в холодное место на час. Молоко налейте в кастрюлю, доведите до кипения и охладите. Холодное молоко влейте в ягоды и тщательно размешайте. Подавайте напиток сразу после его приготовления.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Чтобы придать киселю особый аромат, добавьте в него ванилин, 4–5 капель миндальной эссенции или цедру лимона или апельсина.

***НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА***

***Требуется:*** *500 мл воды, 100 г шиповника, 40 г изюма, 50 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Ягоды шиповника (свежие или сушеные) тщательно промойте горстями под струей холодной воды. Вскипятите воду, половину используйте, чтобы залить ягоды шиповника. Поставьте настаиваться на 15–20 минут в теплое место. Когда шиповник настоится и немного остынет, процедите отвар два раза через марлю. Остатки шиповника выжмите и залейте еще раз кипятком. Настаивайте 30 минут. Затем снова процедите и соедините два отвара. Добавьте в напиток изюм и засыпьте сахар. Перемешайте до полного растворения сахара. Напиток из шиповника можете пить как в теплом, так и в охлажденном виде.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

На Кавказе лучшим лекарством считаются кисломолочные продукты. Одно из первых мест среди них занимает кефир. В переводе на русский язык «кеф» означает здоровье. Раньше на Кавказе врачи назначали вместо лекарств кефир вместе с минеральной водой, возможно, именно поэтому в этих краях так много долгожителей.

***НАПИТОК ЛИМОННЫЙ***

***Требуется:*** *250 мл молока, целый лимон, 100 г сыра, яйцо, 60 г сахара.*

***Способ приготовления.*** Молоко налейте в кастрюлю, ополоснутую холодной водой, чтобы молоко не пригорело. Доведите до кипения и охладите. Сыр натрите на крупной терке. Желток аккуратно отделите от белка и немного взбейте с сахаром. Лимон выжмите при помощи соковыжималки или просто руками, разрезав на две половинки. В миксер залейте охлажденное молоко, добавьте тертый сыр, влейте сок лимона и желток с сахаром. Взбивайте эту массу в течение 1–2 минут, пока на поверхности не появится небольшая пена. Напиток сразу разлейте в стаканы. Можно украсить их, закрепив на стенке кусочек тонко порезанного лимона.

Вместо лимона этот напиток можно приготовить с малиной, клубникой, персиками или ароматными ягодами и фруктами.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Цветы, стоящие на столе, не должны издавать слишком сильного запаха, это может помешать гостям почувствовать вкус и аромат блюд, которые находятся на столе. Может оказаться и так, что у кого-то из присутствующих аллергия.

***МОРС КЛЮКВЕННЫЙ***

***Требуется:*** *500 мл воды, 100 г клюквы, 80 г сахара, 1/2 лимона.*

***Способ приготовления.*** Клюкву промойте под струей холодной воды, протрите через сито и отожмите сок. Выжатую массу полностью пересыпьте сахаром, дайте постоять 15–20 минут, затем залейте ее водой и поставьте на огонь. Доведите до кипения и варите 5—10 минут до полной готовности отвара. Процедите его и добавьте в него выжатый клюквенный сок. Лимон порежьте тонкими ломтиками полукругом и положите в морс. Лимон можно заменить лимонной кислотой. Охладите напиток в холодильнике. Морс следует подавать только холодным, добавив кубики льда.

***МОРС АПЕЛЬСИНОВЫЙ***

***Требуется:*** *450 мл воды, 2 крупных апельсина, 100 г сахара, корица, кислота лимонная.*

***Способ приготовления.*** Апельсины ошпарьте кипятком, снимите цедру, удалите белую мякоть и отожмите сок. Выжимки измельчите, залейте кипящей водой, добавьте сахар, цедру, корицу и лимонную кислоту. Варите при слабом кипении 5—10 минут. Дайте настояться не менее 30 минут, процедите и влейте в процеженную массу выжатый сок. Вылейте все в закрытый сосуд и поставьте в холодильник. Морс должен постоять в холодном

месте в течение суток.

По этому же рецепту можете приготовить и морс с лимонами. Пропорции продуктов, необходимых для приготовления, такие же.

ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ

Фрукты удобнее всего разложить на невысоких плоских вазах на ножке. Выберите красивые фрукты, пусть некоторые будут даже с плодоножками и листьями — это послужит дополнительным украшением стола.

# *ЗАКЛЮЧЕНИЕ*

Уважаемый читатель! Вот вы и дошли до последней страницы нашей книги, а это означает, что вы так или иначе попробовали приготовить несколько блюд из всех разделов этого издания. Мы надеемся, что вы не разочаровались в том, что приобрели эту книгу, и считаете ее достойной занять место в вашей библиотеке и стать хорошим дополнением к уже приобретенным вами книгам по кулинарии.

Хочется верить, что, полистав эту кулинарную книгу, вы смогли побаловать себя блюдами, приготовленными собственными руками, и убедились в том, что это занятие необременительно, а его результаты могут превзойти все ожидания и доставить удовольствие не только вам, но и вашим близким.

Возможно, многие приведенные в книге рецепты вам давно знакомы. Особенно это касается тех, кто на протяжении долгих лет готовит еду для себя и близких, и такого человека спокойно можно назвать кулинаром со стажем. Наверняка у вас найдется множество самых разнообразных кулинарных книг, в которых многие рецепты чем-то друг на друга похожи.

Тем не менее не спешите закрыть книгу. Ведь, как известно, каждая книга является сборником полезной информации, которая с каждым изданием дополняется и совершенствуется. Не исключено, что прочтение данного сборника рецептов поможет вам обнаружить то, чего не было в других подобных изданиях, какое-нибудь дополнение, благодаря которому старое блюдо обретет новый вкус. В этой книге приведены несколько способов приготовления каждого из блюд, и вполне возможно, что хотя бы один из них покажется вам интересным и вы приготовите новое блюдо, которое полюбят члены вашей семьи.

Искусство кулинарии полностью состоит из секретов, которые были ранее собраны и проверены множеством людей. Поэтому нет ничего удивительного в том, что в этой книге нашли отражение многие основные принципы кулинарии, благодаря которым можно стать настоящим ценителем самых разнообразных блюд, начиная с закусок и заканчивая напитками. Эти сведения весьма познавательны для каждого, кто занимается или только собирается заняться приготовлением пищи.

Если эта кулинарная книга у вас первая, вы наверняка многое для себя из нее почерпнули, и теперь вам не надо ждать, пока кто-нибудь приготовит еду, или довольствоваться обыкновенной

яичницей (хотя даже ее можно превратить в нечто особенное, вкусное и питательное, если прибегнуть к фантазии). В ваших руках пособие, которое поможет самостоятельно и быстро освоить азы кулинарии.

Все рецепты, составляющие книгу «500 блюд вкусно и дешево», в течение какого-то времени собирались и каждый раз дополнялись разными людьми. Наверняка и вы сможете что-то сюда привнести, что пригодится не только вам, но и вашим «последователям».

Мы надеемся, что вы еще не раз раскроете эту книгу и, с удовольствием полистав ее снова, ощутите необходимость приготовить блюдо, которого давно не было на вашем обеденном столе. Желаем вам удачи.

**Любовь Поливалина**
**ББК 88.5 П 60**
**ISBN 5-7838-1100-9**
***Издание осуществлено при участии «Литературного агентства «Научная книга»***

**Вниманию оптовых покупателей!**
**Книги различных жанров можно приобрести по адресу: 129348 Москва, ул. Красной сосны, 24, издательство «Вече». Телефоны: 188-88-02, 188-16-50, 182-40-74; т/факс: 188-89-59, 188-00-73. E-mail: veche@veche. ru http: // www. veche. ru**
**©Поливалина Л.А., 2002. © «Издательство «Вече», 2002.**